

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN KONSEP
DIRI PADA NARAPIDANA YANG TERLIBAT PENYALAHGUNAAN
NAPZA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN PEKANBARU**

SKRIPSI

Diajukan sebagai syarat Untuk Menyelesaikan
Program strata satu (S1) Sarjana Fakultas Psikologi
Universitas Islam Sultan Syarif Kasim Pekanbaru

Disusun Oleh

WINDA LESTARI
10261020593



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS UNIVERSITAS ISLAM SULTAN SYARIF
KASIM PEKANBARU
2010**

WINDA LESTARI (2009). HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN KONSEP DIRI PADA NARAPIDANA YANG TERLIBAT PENYALAHGUNAAN NAPZA. (Di Lembaga Pemasyarakatan Pekanbaru).Skripsi.Fakultas Psikologi.Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan antara kecerdasan emosional dengan konsep diri pada narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA di Lembaga Pemasyarakatan Pekanbaru.

Metode penelitian yang digunakan adalah korelasional dengan melakukan studi populasi sebab jumlah narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA di Lembaga Pemasyarakatan Pekanbaru yang memenuhi kriteria hanya berjumlah 82 orang, maka seluruh narapidana ini dijadikan sebagai subjek penelitian.

Hipotesis penelitian yang diajukan adalah semakin tinggi kecerdasan emosional narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA maka akan semakin positif pula konsep dirinya.

Variabel pertama dalam penelitian ini adalah kecerdasan emosional. Data diperoleh dengan menggunakan skala yang dibuat dengan model skala Likert. Variabel kedua adalah konsep diri. Data diperoleh dengan menggunakan Tennessee Self Concept Scale dari Fitts.

Dari hasil uji validitas skala didapatkan item valid skala kecerdasan emosional sebanyak 50 item dari 120 item yang tersedia, dengan reliabilitas $\alpha = 0,9073$ sedangkan dari Tennessee Self Concept Scale, didapatkan item yang valid sebanyak 52 item dari 100 item yang tersedia dengan reliabilitas $\alpha = 0,9171$.

Data yang diperoleh dari pengukuran berupa data ordinal dan pengolahan data menggunakan “uji koefisien Rank Spearman (r_s)”. Dari hasil pengolahan data melalui SPSS 11.0 for Windows, dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ diperoleh $t_{hit} (9,988) > t_{tab} (1,994)$. Berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan konsep diri narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA. Artinya semakin tinggi kecerdasan emosional narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA akan semakin positif pula konsep dirinya.

Kata Kunci : KE, KD.

ABSTRACT

Tittle of Script : **Correlation Between Emotional Intelligence and Self Concept of Prisoners Who was Join Into Drug Abuser in Pekanbaru's Prison**
Name : **Ameria Monalisa**
Student Number : **0210115751002**
Level of Education : **Strate 1**
Field of Study : **Psychology**
Advisor : **Mardenny, S. Psi**

This research aimed to knowing with empyris the correlation between emotional intelligence and self concept of prisoners who was join into drud abuser in Pekanbaru's Prison.

Research methode was used is a correlational with population study, it's cause by number of prisoners who was join into drug abuser in Pekanbaru's Prison only 82 people that enough to complete the criteria. So that, all of this prisoners be used became the research subject.

This research was hypothesized that high emotional intelligence would become positive self concept the prisoners who was join into drug abuser in Pekanbaru's Prison.

The first variable in this research is emotional intelligence. Data were collected by emotional intelligence scale that made with Likert Scale Mode. The secand variable is self concept. Data were collected by Tennessee self concept scale from Fitts.

From the result test of validity scale, getted the valid item of emotional intelligence is 64 item from 120 item, with realibility $\alpha = 0,9073$. although from Tennessee Self Concept Scale, getted the valid item is 51 item from 100 item, with realibility $\alpha = 0,9171$.

All of the data were getted from the measurement of ordinal data and analysed with "Rank Spearman Correlation Analysis (r_s)". From analysed result using Statiatical Prokgage for Social Science 11.0 (SPSS 11.0) for Windows, with significant level $\alpha = 0,05$ getted $t_{hit} (9,988) > t_{tab} (1,994)$. It's means H_0 was reduce and H_i was accepted, so can expected that were significant correlation between emotional intelligence and self concept of prisoners who was join into drug abuser. So, more highly emotional intelligence of the prisoners who was join into drud abuser, it will make they self concept became positively.

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PERNYATAAN

HALAMAN PENGESAHAN

ABSTRAK

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	x

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	8
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian.....	11
1.4 Kegunaan Penelitian	11
1.5 Kerangka Pikir	12
1.6 Asumsi Penelitian	18
1.7 Hipotesis Penelitian	19

BAB II TINJAUAN TEORITIS

2.1 NAPZA	20
2.2.1 Pengertian NAPZA	20
2.2.2 Gejala dan Akibat Penyalahgunaan NAPZA.....	25
2.2.3 Dampak Penyalahgunaan NAPZA.....	33
2.2.4 Upaya Penanganan Penyalahgunaan NAPZA	35
2.2 Kecerdasan Emosional.....	36

2.2.1 Pengertian Emosi	36
2.2.2 Perkembangan Emosi.....	38
2.2.3 Pengaruh Emosi Pada Individu	40
2.2.4 Sejarah Kecerdasan Emosional	41
2.2.5 Pengertian Kecerdasan Emosional.....	45
2.2.6 Esensi Kecerdasan Emosional	47
2.2.7 Inti Kecerdasan Emosional	53
2.2.8 Komponen-komponen Kecerdasan Emosional.....	56
2.2.9 Kecerdasan Emosional dan Seni Sosial	58
2.3 Konsep Diri	60
2.3.1 Pengertian Konsep Diri.....	60
2.3.2 Konsep Diri Sebagai Sikap Diri.....	61
2.3.3 Dimensi-dimensi Konsep Diri dari William Fitts	63
2.3.4 Perkembangan Konsep Diri	68
2.3.5 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri	69
2.3.6 Konsep Diri dan Tingkah Laku.....	72
2.3.7 Konsep Diri dan Umpan Balik Penilaian Sosial	74
2.3.8 Perubahan dan Kestabilan Konsep Diri	75

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Rancangan Penelitian	78
3.1.1 Metode Penelitian	78
3.1.2 Variabel Penelitian.....	78
3.1.3 Identifikasi Variabel Penelitian.....	78
3.2 Operasionalisasi Variabel Penelitian	79
3.1.2 Kecerdasan Emosional.....	79
3.1.3 Konsep Diri	80
3.3 Subjek Penelitian	80

3.4 Alat Ukur	81
3.4.1 Skala Kecerdasan Emosional	82
3.4.2 Tennessee Self Concept Scale.....	84
3.5 Uji Alat Ukur	87
3.5.1 Uji Validitas	87
3.5.2 Uji Reliabilitas	88
4.3 Gambaran variable penelitian	81
4.4 Pembahasan.....	90

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan	94
5.2 Saran	95

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1.1 Kerangka Pikir Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Konsep Diri Pada Narapidana yang Terlibat Penyalahgunaan NAPZA	18

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Kisi-kisi Aspek Kecerdasan Emosional.....	83
Tabel 3.2 Kisi-kisi Aspek Konsep Diri.....	86
Tabel 4.1 Hasil Uji Korelasi Rank Spearman antara Kecerdasan Emosional dengan Konsep Diri	97
Tabel 4.2 Hubungan antara Kecerdasan Emosional dan Aspek-aspeknya dengan Konsep Diri	98
Tabel 4.3 Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Konsep Diri dan Aspek-aspeknya	98
Tabel 4.4 Hasil Uji Korelasi Rank Spearman antara Kecerdasan Emosional (Aspek Kesadaran Diri) dengan Konsep Diri	99
Tabel 4.5 Hasil Uji Korelasi Rank Spearman antara Kecerdasan Emosional (Aspek Kendali Diri) dengan Konsep Diri	100
Tabel 4.6 Hasil Uji Korelasi Rank Spearman antara Kecerdasan Emosional (Aspek Motivasi Diri) dengan Konsep Diri.....	102
Tabel 4.7 Hasil Uji Korelasi Rank Spearman antara Kecerdasan Emosional (Aspek Empati) dengan Konsep Diri.....	103
Tabel 4.8 Hasil Uji Korelasi Rank Spearman antara Kecerdasan Emosional (Aspek Membina Hubungan) dengan Konsep Diri	104
Tabel 4.9 Hasil Uji Korelasi Rank Spearman antara Kecerdasan Emosional dengan Konsep Diri (Aspek Identitas Diri)	106
Tabel 4.10 Hasil Uji Korelasi Rank Spearman antara Kecerdasan Emosional dengan Konsep Diri (Aspek Penerimaan Diri)	107

Tabel 4.11 Hasil Uji Korelasi Rank Spearman antara Kecerdasan	
Emosional dengan Konsep Diri (Aspek Tingkah Laku Diri)	118
Tabel 4.12 Hasil Uji Korelasi Rank Spearman antara Kecerdasan	
Emosional dengan Konsep Diri (Aspek Kritik Diri)	110
Tabel 4.13 Kategori Tingkat Kecerdasan Emosional Narapidana yang Terlibat	
Penyalahgunaan NAPZA di Lembaga Pemasyarakatan	
Pekanbaru.....	113
Tabel 4.14 Frekuensi Aspek-aspek Kecerdasan Emosional Narapidana	
yang terlibat Penyalahgunaan NAPZA	113
Tabel 4.15 Kategori Konsep Diri Narapidana yang Terlibat	
Penyalahgunaan NAPZA di Lembaga Pemasyarakatan	
Pekanbaru.....	116
Tabel 4.16 Frekuensi Aspek-aspek Konsep Diri Narapidana yang	
terlibat Penyalahgunaan NAPZA.....	116

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Asistensi Bimbingan Skripsi
Lampiran 2	Surat Keterangan Penelitian dari Lembaga Pemasyarakatan Pekanbaru
Lampiran 3	Alat Ukur Penelitian (Skala Kecerdasan Emosional dan Tennessee Self Concept Scale)
Lampiran 4	Tabel Data Mentah Skala Kecerdasan Emosional
Lampiran 5	Tabel Data Mentah Tennessee Self Concept Scale
Lampiran 6	Hasil Uji Alat Ukur Skala Kecerdasan Emosional dengan Menggunakan Program SPSS 11.0 for Windows
Lampiran 7	Tabel Data Hasil Perhitungan Validitas Item Skala Kecerdasan Emosional
Lampiran 8	Hasil Uji Alat Ukur Tennessee Self Concept Scale dengan Menggunakan Program SPSS 11.0 for Windows
Lampiran 9	Tabel Data Hasil Perhitungan Validitas Item Tennessee Self Concept Scale
Lampiran 10	Skor Kecerdasan Emosional pada Narapidana yang Terlibat Penyalahgunaan NAPZA
Lampiran 11	Skor Konsep Diri pada Narapidana yang Terlibat Penyalahgunaan NAPZA
Lampiran 12	Hasil Uji Korelasi antara Kecerdasan Emosional dengan Konsep Diri (Menggunakan Program SPSS 11.0 for Windows)
Lampiran 13	NAPZA

HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL
DENGAN KONSEP DIRI PADA NARAPIDANA
YANG TERLIBAT PENYALAHGUNAAN NAPZA
DI LEMBAGA PERMASYARAKATAN PEKANBARU

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Peredaran NAPZA dalam beberapa tahun terakhir semakin luas. Berdasarkan Data Badan Koordinasi Narkotika Nasional, perkembangan tindak kejahatan penyalahgunaan NAPZA saat ini sampai pada tingkat yang mengkhawatirkan, bahkan sudah merupakan ancaman terhadap kelangsungan hidup manusia sekaligus kehancuran generasi berikutnya.

Bahaya penyalahgunaan NAPZA sudah merupakan wabah yang bersifat epidemi. Menurut data statistik kriminal, tindak kejahatan penyalahgunaan NAPZA maupun korbannya terus menunjukkan peningkatan. Berbagai upaya telah dilakukan, baik upaya penindakan terhadap pengguna, pengedar dan produsen ilegal, namun kejahatan penyalahgunaan NAPZA maupun korbannya tetap bertambah dan meningkat dari tahun ke tahun. Diindikasikan, hal ini disebabkan karena Indonesia menjadi salah satu daerah tujuan pasar narkotika Asia Tenggara. Posisi Indonesia sebagai daerah transit telah berubah menjadi daerah konsumen, produksi dan pengekspor.

Namun dari maraknya berbagai zat yang disalahgunakan di Indonesia akhir-akhir ini, penggunaan istilah narkotika saja kurang tepat karena tidak mencakup alkohol dan zat adiktif lainnya serta kurang menegaskan sejumlah zat yang banyak dipakai di Indonesia yaitu zat psikotropika. Karena itu, istilah yang dianggap tepat untuk saat ini adalah NAPZA: Narkotika alkohol, psikotropika dan zat adiktif lainnya.

NAPZA ini mempunyai dampak terhadap sistem syaraf manusia yang menimbulkan berbagai perasaan (halusinasi). Sebahagian besar NAPZA itu dapat meningkatkan gairah, semangat dan keberanian. Sebahagian lagi menimbulkan perasaan mengantuk dan yang lainnya bisa menimbulkan rasa tenang dan nikmat sehingga bisa melupakan segala kesulitan. Oleh karena efek-efek itulah individu menyalahgunakan NAPZA. Semakin sering individu memakai NAPZA, makin besar ketergantungannya sehingga pada suatu saat tidak dapat melepaskan diri.

Pada awalnya, zat-zat ini digunakan untuk tujuan medis seperti penghilang rasa sakit. Dalam ilmu kedokteran, hal ini disebut *analgesic* yang artinya dapat menahan rasa sakit. Namun apabila zat-zat ini digunakan secara terus-menerus, bukan untuk tujuan medis atau digunakan tanpa mengikuti dosis yang seharusnya, dapat menimbulkan kerusakan fisik, mental dan sikap hidup masyarakat. Hal inilah yang disebut penyalahgunaan NAPZA (*drug abuse*). Sedangkan individu yang menyalahgunakan NAPZA disebut penyalahguna NAPZA (*drug abuser*).

Individu terlibat penyalahgunaan NAPZA berawal dari berbagai faktor. Salah satu faktor yang berasal dari dalam diri individu adalah faktor kepribadian. Dalam hal ini, kepribadian yang dependen dan tidak mandiri memainkan peranan penting. Individu yang mempunyai konsep diri negatif dan harga diri rendah biasanya memandang NAPZA sebagai satu-satunya pemecahan masalah yang dihadapi. Individu yang labil akan mudah tergoda dan terpengaruh oleh orang lain sehingga dengan mudahnya ia terjerumus dalam penyalahgunaan NAPZA.

Bagi individu yang menjadi pecandu NAPZA menganggap bahwa hidup akan terasa lebih bahagia dengan menggunakan NAPZA tanpa harus merasakan dan tanpa harus memikirkan rasa sakit hidup. Setiap hari hidupnya tergantung dengan NAPZA

dan perasaannya dikendalikan oleh NAPZA. Bagi mereka NAPZA yang dapat mengerti perasaan dan menyemangati hidup mereka.

Penyalahguna NAPZA umumnya sudah kehilangan harga diri dan perasaan sehingga tidak ada dunia lain kecuali NAPZA. Segala usaha akan mereka lakukan untuk mendapatkan NAPZA. Pada tingkat permulaan, pengguna NAPZA akan menghabiskan apa yang mereka miliki, kemudian meningkat kepada milik keluarga dan akhirnya milik orang lain atau masyarakat dengan cara yang paling mudah untuk mendapatkan uang yaitu dengan melakukan tindak kriminal seperti menipu, mencuri, memeras, membunuh, menodong, merampok dan sebagainya.

Lebih ironisnya lagi ada sebahagian individu yang terlibat penyalahgunaan NAPZA ini karena kesulitan perekonomian keluarga, yang menyebabkan mereka menjadi Bandar (pemasar) NAPZA yang diedarkan secara gelap.

Semua ini berujung pada meningkatkannya perilaku penyalahgunaan NAPZA yang terus-menerus menyebabkan pelanggaran hukum. Tindak penyalahgunaan NAPZA berhubungan dengan kejahatan dalam tiga hal, yaitu: *Drug defined crime* yang merupakan perbuatan yang berhubungan dengan keberadaan “*drug*” itu sendiri yang ditetapkan sebagai kejahatan, seperti memiliki obat terlarang, menjual obat terlarang dan sebagainya. *Drug related offences* yang merupakan bentuk-bentuk penyimpangan oleh pemakai atau pecandu obat dalam rangka memenuhi kebiasaannya. *Interactional behavior* yang merupakan penyalahgunaan obat dan kejahatan adalah bagian dari gaya hidup yang menyimpang (**Samuel Walker dalam Yayasan Mitra Bintibmas, 1999**).

Dalam memerangi kejahatan penyalahgunaan NAPZA Pemerintah telah menetapkan Undang-undang yang mengatur tentang kejahatan NAPZA, yaitu:

1. Undang-undang Nomor 22 tahun 1997 tentang Narkotika.
2. Keputusan Presiden R.I Nomor 3 tahun 1997 Minuman Keras dan Alkohol.

3. Undang-undang Nomor 5 tahun 1997 tentang Psikotropika.
4. Peraturan Menteri Kesehatan R.I Nomor 239/Menkes/Per/V/1985 tentang zat-zat warna tertentu yang dinyatakan sebagai bahan berbahaya.

Selanjutnya individu yang terlibat penyalahgunaan NAPZA akan diproses dan dikenai hukuman sesuai dengan ketentuan tindak pidana penyalahgunaan NAPZA yang berlaku. Mereka diperlakukan sebagai penjahat yang bermoral rendah dan dibina di Lembaga Pemasyarakatan bersama-sama penjahat ulung lainnya. Status merekapun berubah menjadi seorang narapidana. Selama menjalani masa hukuman didalam Lembaga Pemasyarakatan, narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA ini akan mendapat pembinaan dan pengembangan diri dari pihak Lembaga Pemasyarakatan setempat. Ada narapidana yang dapat menyadari hal-hal negatif yang merugikan dirinya, cepat bangkit dari kesalahan, mampu menghargai diri sendiri dan melihat hal-hal positif yang dapat dilakukan demi keberhasilan di masa yang akan datang. Sebaliknya ada pula narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA yang tidak mampu memandang hal-hal baik dan positif dalam dirinya, selalu menyalahkan diri sendiri secara berlebihan sehingga timbul kelelahan mental dan rasa frustrasi.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan dengan sejumlah narapidana serta pihak Lembaga Pemasyarakatan Pekanbaru, diketahui bahwa keberadaan narapidana di dalam Lembaga Pemasyarakatan ini secara psikis merubah beberapa fungsi mental, seperti merasa bersalah, malu dan juga mengalami semacam

perasaan terasing atau pengasingan dari masyarakat. Perkembangan emosi yang terhambat juga turut mempengaruhi perilaku narapidana selama berada di dalam Lembaga Pemasyarakatan ini. Mereka mengalami patah semangat, lebih suka menyendiri dan tidak peduli terhadap orang lain. Mereka mengalami keputus-asaan yang mendalam, merasa hidupnya telah sia-sia karena penyalahgunaan NAPZA, mereka juga selalu berpikiran hidup tidak ada gunanya dan hanya menjadi sampah masyarakat. Hidup mereka pun terasa gelap dan dibayang-bayangi oleh rasa ketakutan sendiri serta dikejar-kejar oleh perasaan bersalah mereka. Evaluasi yang bersifat negatif dalam diri ini termuat dalam satu aspek kepribadian yang disebut konsep diri (**Fauziah Anwar, 1997**).

Konsep self adalah kumpulan keyakinan dan persepsi diri mengenai diri sendiri yang terorganisasi. Dengan kata lain, konsep self bekerja sebagai skema dasar yang memberikan sebuah kerangka berfikir serta menentukan bagaimana kita mengolah informasi tentang diri kita sendiri, termasuk motivasi, keadaan emosional, evaluasi diri, kemampuan, dan hal lainnya. (Klein, Loftus & Burton, 1989; van hook & Higgins, 1988)

Narapidana dengan pandangan atau penilaian negatif terhadap dirinya meyakini bahwa dirinya lemah, tidak berdaya, tidak dapat berbuat apa-apa, tidak kompeten, gagal, malang, tidak menarik, tidak disukai dan kehilangan daya tarik terhadap hidup. Sehingga menjadi pesimis terhadap kehidupan dan kesempatan yang dihadapinya, mudah menyerah, jika gagal akan ada dua pihak yang disalahkan, entah itu menyalahkan diri sendiri (secara negatif) atau menyalahkan orang lain. Sebaliknya narapidana dengan konsep diri yang positif memiliki pandangan yang positif terhadap dirinya, ia terlihat lebih optimis, penuh percaya diri dan selalu bersikap positif terhadap segala sesuatu, juga terhadap kegagalan yang dialaminya.

Narapidana yang telah selesai mendapat pembinaan dalam Lembaga Pemasyarakatan akan dikembalikan pada masyarakat. Namun, sering kali masyarakat dan lingkungan sekitar membenci dan memusuhi mereka. Tanggapan yang diperoleh dari lingkungan tersebut membuat mereka menilai dan memandang dirinya sendiri. Individu yang memiliki penilaian diri negatif akan merasa rendah diri, pesimis menghadapi masa yang akan datang dan merasa dikucilkan oleh lingkungan. Mereka tidak mampu membentuk dan membina suatu hubungan yang baik dengan masyarakat sekitar, cenderung bersikap tidak bersahabat dan tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat mereka tinggal. Perasaan dikucilkan ini kemudian menyebabkan mereka bergabung dengan kelompok lain yang dirasa dapat menerima mereka apa adanya, yaitu kelompok yang juga terlibat penyalahgunaan NAPZA. Akhirnya mereka tidak bisa lepas dari tindak penyalahgunaan NAPZA yang berujung dengan menjadi residivis dan selalu berhubungan dengan hukum.

Penilaian dan tingkah laku mereka tidak terlepas dari reaksi yang diberikan oleh lingkungan, sehingga tidak tertutup kemungkinan bahwa reaksi dari lingkungan dapat merubah penilaian dan tingkah laku yang mereka tampilkan. Reaksi yang positif dapat diperoleh apabila interaksi mereka dengan orang lain dapat terjalin dengan lancar dan efektif. Kemampuan individu dalam memberi kesan yang baik tentang dirinya, mampu mengungkapkan emosi dengan baik, berusaha menyesuaikan diri dengan lingkungan, dapat mengendalikan perasaan dan mampu mengungkapkan reaksi emosi sesuai dengan waktu dan kondisi yang ada akan menentukan keberhasilan individu dalam hubungannya dengan masyarakat. Hal-hal ini menurut **Daniel Goleman (2004)** merupakan aspek-aspek yang terdapat dalam Kecerdasan Emosional.

Kecerdasan emosional menuntut diri untuk mengakui dan menghargai perasaan diri sendiri dan orang lain serta menanggapi dengan tepat. Yang pada akhirnya

dapat menentukan pemahaman individu terhadap dirinya sendiri maupun terhadap orang lain, sehingga akan mempengaruhi bagaimana perilaku individu tersebut. Individu yang dapat memahami dirinya dan orang lain secara utuh dan mendalam akan berperilaku secara positif dan sebaliknya.

Dengan demikian, Kecerdasan Emosional yang dimiliki oleh narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA tersebut akan berperan dalam konsep diri yang akan menentukan perilakunya.

Pekanbaru merupakan salah satu kota besar di Indonesia yang menjadi target utama pemasaran NAPZA di semua kalangan baik dari remaja sampai dewasa. Hal ini disebabkan karena Pekanbaru menjadi persimpangan antara Indonesia dan Negara luar seperti Singapura dan Malaysia yang menjadi jalur lalu lintas masuknya NAPZA ke dalam negeri dari luar negeri. Berdasarkan data yang diperoleh di Poltabes Pekanbaru, selama tiga tahun terakhir ini dari tahun 2004 sampai tahun 2005 jumlah daftar kasus NAPZA yang dilakukan oleh warga negara Indonesia maupun warga negara asing terus mengalami peningkatan, termasuk peningkatan penyitaan jumlah barang bukti.

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian apakah ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan konsep diri pada narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA di Lembaga Pemasyarakatan Pekanbaru.

1.2 Identifikasi Masalah

Kecerdasan emosional dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mengelola diri sendiri, menangani suatu hubungan dan kepandaian menggugah tanggapan yang dikehendaki pada orang lain. Dengan kata lain kecerdasan emosional adalah kecakapan pribadi, kecakapan sosial dan keterampilan sosial. Ketiga hal tersebut merupakan 3

unsur penting dari kecerdasan emosional yang akan mempengaruhi bagaimana individu menggunakan emosinya, apakah ia menggunakan emosinya secara positif (kecerdasan emosional tinggi) atau secara negatif (kecerdasan emosional rendah).

Dengan kecerdasan emosional tersebut individu dapat menempatkan emosinya pada porsi yang tepat, memilah kepuasan dan mengatur suasana hati. Koordinasi suasana hati adalah inti dari hubungan sosial yang baik. Apabila individu pandai menyesuaikan diri dengan suasana hati orang lain atau dapat berempati, maka ia akan memiliki tingkat emosionalitas yang tinggi dan akan lebih mudah menyesuaikan diri dalam pergaulan sosial serta lingkungannya. Oleh sebab itu kecerdasan emosional menuntut diri untuk mengakui dan menghargai perasaan diri sendiri dan orang lain serta menanggapi dengan tepat, sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam dan lebih utuh tentang diri sendiri dan orang lain.

Individu yang memiliki kecerdasan emosional mampu mengendalikan perasaannya sendiri sehingga dapat mempengaruhi perilakunya secara wajar. Memiliki kepekaan yang tinggi atas perasaan mereka sehingga ia akan dapat mengambil keputusan-keputusan secara mantap dan membentuk kepribadian yang tangguh. Mampu memberikan semangat kepada diri sendiri untuk melakukan sesuatu yang baik dan bermanfaat. Dalam hal ini terkandung adanya unsur harapan dan optimisme yang tinggi, sehingga memiliki kekuatan semangat untuk melakukan suatu aktivitas tertentu. Mampu bersosialisasi artinya mengerti orang lain dan mampu menyesuaikan diri dalam pergaulan sosial. Pada akhirnya individu dapat berhubungan dengan orang lain dalam sebuah interaksi sosial secara efektif dengan tujuan yang konstruktif.

Interaksi sosial ini erat kaitannya dengan pandangan individu terhadap dirinya. Pandangan individu terhadap diri ini merupakan suatu pengetahuan, harapan dan penilaian terhadap dirinya sendiri, hal inilah yang disebut konsep diri individu.

Interaksi sosial yang baik akan membentuk sebuah konsep diri yang positif bagi individu. Hal ini disebabkan karena konsep diri terbentuk dari pengalaman individu dalam berhubungan dengan individu lain dan merupakan suatu proses umpan balik dari lingkungan.

Narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA yang memiliki konsep diri positif dapat melepaskan diri hal-hal negatif yang merugikan dirinya, cepat bangkit dari kesalahan, mampu menghargai diri sendiri dan melihat hal-hal positif yang dapat dilakukan demi keberhasilan di masa yang akan datang. Sebaliknya narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA yang memiliki konsep diri negatif selalu menyalahkan diri sendiri secara berlebihan sehingga timbul kelelahan mental dan rasa frustrasi. Ia tidak mampu memandang hal-hal baik dan positif yang ada pada dirinya sehingga ia semakin melarikan diri pada hal-hal negatif yang merugikan dirinya.

Hal ini akan ditentukan oleh pemahaman individu secara lebih mendalam dan lebih utuh tentang diri sendiri dan orang lain yang ditandai oleh kemampuan mengelola diri sendiri, menangani suatu hubungan dan kepandaian menggugah tanggapan yang dikehendaki pada orang lain (kecerdasan emosional)

Dari uraian diatas peneliti akan mengidentifikasikan masalah sebagai berikut: “Sejauh mana hubungan antara kecerdasan emosional dengan konsep diri pada narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA di Lembaga Pemasyarakatan Pekanbaru?”

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan maksud untuk mengumpulkan data empiris mengenai hubungan antara kecerdasan emosional dengan konsep diri pada narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA di Lembaga Pemasyarakatan Pekanbaru,

sehingga dapat dilihat seberapa erat hubungan antara kecerdasan emosional dengan konsep diri pada narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA di Lembaga Pemasyarakatan Pekanbaru.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran dari data empiris yang diperoleh dari perhitungan data mengenai hubungan antara kecerdasan emosional dengan konsep diri pada narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA di Lembaga Pemasyarakatan Pekanbaru.

1.4 Kegunaan Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan akan memberikan informasi kepada:

1. Keluarga narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA; agar menjadi masukan untuk memperlakukan penyalahguna NAPZA secara wajar atau tidak berlebihan dan membantu mereka agar dapat berperilaku lebih positif.
2. Para aparat penegak hukum dan pihak lembaga pemasyarakatan; agar lebih dapat meningkatkan usaha dalam penanganan narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA, khususnya dengan menggunakan teknik pendekatan psikologis.
3. Yayasan yang berhubungan dengan rehabilitasi masalah NAPZA dan psikolog; agar dapat memberikan bantuan konseling pada waktu dan kondisi yang tepat dengan kondisi psikologis narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA.

1.5 Kerangka Pikir

NAPZA merupakan singkatan dari narkotika, alkohol, psikotropika dan zat adiktif lainnya. Penyalahgunaan NAPZA merupakan salah satu bentuk perilaku negatif dan secara universal merupakan perbuatan destruktif dengan efek-efek negatif lainnya.

Individu yang terlibat penyalahgunaan NAPZA akan merugikan dirinya sendiri dan juga merusak kehidupan masyarakat. Sebab secara sosiologis, mereka mengganggu masyarakat dengan perbuatan-perbuatan kekerasan, acuh tak acuh, gangguan lalu lintas, beberapa keabnormalan lainnya dan kriminalitas (**Sударsono, 2004**).

Faktor kepribadian yang menyebabkan individu terlibat penyalahgunaan NAPZA berkaitan dengan ketidakmampuan individu dalam memecahkan masalah secara adekuat sehingga berpengaruh terhadap bagaimana ia mencari pemecahan masalah dengan melarikan diri dari masalah yang dihadapi. Hal ini juga berkaitan dengan mudahnya ia menyalahkan lingkungan dan lebih melihat faktor-faktor di luar dirinya yang menentukan segala sesuatu. Sangat wajar bila individu membutuhkan pengakuan dari lingkungan sebagai bagian pencarian identitas dirinya. Namun bila ia memiliki kepribadian yang tidak mandiri dan menganggap segala sesuatunya harus diperoleh dari lingkungan, maka ia akan sangat mudah tergoda dan terpengaruh oleh orang lain sehingga ikut terjerumus dan terlibat dalam tindak penyalahgunaan NAPZA. Dalam hal ini harga diri yang tinggi sangat berperan dalam pembentukan pribadi yang kuat dan sehat. Individu yang mampu menentukan pilihan, termasuk mampu berkata “tidak” untuk hal-hal negatif, tidak akan mudah terpengaruh oleh godaan orang lain yang dapat merugikan dirinya.

Para pelaku yang melibatkan diri dalam penyalahgunaan NAPZA baik dari pihak pengguna sampai tingkat yang lebih tinggi, disamping dirinya sebagai korban ia juga menjadi objek hukum. Walaupun pelaku yang menderita dari akibat buruk penyalahgunaan NAPZA, yang bersangkutan tetap diancam oleh hukuman tindak pidana penyalahgunaan NAPZA sebagaimana ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Pada akhirnya individu yang terlibat penyalahgunaan NAPZA harus mempertanggungjawabkan semua perbuatannya secara hukum. Selama menjadi narapidana mereka ditempatkan dalam sebuah Lembaga Pemasyarakatan. **Gina Lombroso-Ferrero (dalam Topo Santoso dan Eva Achjani Z, 2005)** menyatakan bahwa sekitar 20 hingga 60 persen penghuni Lembaga Pemasyarakatan mengalami satu tipe *mental disorder* (kekacauan mental). Dewasa ini penyakit mental itu disebut sebagai *psychopathy* atau *antisocial personality*, yaitu suatu kepribadian yang ditandai oleh suatu ketidakmampuan belajar dari pengalaman, kurang kehangatan dan keramahan. Mereka tidak mampu mengekspresikan emosi secara wajar, mudah cemas, pasif agresif dan cenderung depresi.

Individu yang sedang mengalami depresi akan mempunyai pemikiran yang cenderung negatif dalam memandang dan merespon segala sesuatunya, termasuk menilai diri sendiri. Segala situasi atau stimulus yang netral akan dipersepsi secara negatif. Individu yang depresi sulit melihat apakah dirinya mampu *survive* menjalani kehidupan selanjutnya serta menjadi super sensitif dan cenderung mudah tersinggung. Mereka pada umumnya dilingkupi oleh rasa takut sehingga menimbulkan sikap pasrah. Mereka lebih menitikberatkan pada kegagalan dalam setiap hal dan mempunyai perasaan tidak berdaya dan apatis. Mereka percaya kalau dirinya tidak dapat mencapai suatu apapun yang berharga.

Ada individu yang mampu mengenal, mengekspresikan dan mengelola emosi dengan tepat, baik emosi dirinya sendiri maupun emosi orang lain dengan tindakan konstruktif sehingga ia dapat menerima dirinya sendiri secara apa adanya, memahami sejumlah fakta yang sangat bermacam-macam tentang dirinya dan dia juga dapat menerima orang lain. Namun ada pula individu yang tidak peka terhadap perasaannya sendiri, individu ini benar-benar tidak tahu siapa dirinya, apa kekuatan dan

kelemahannya atau apa yang dihargai dalam hidupnya. Individu ini cepat bertindak berdasarkan emosinya, mengacu pada konflik dan tindakan-tindakan negatif serta cenderung memusuhi orang lain.

Kecerdasan emosional sebagai suatu keseluruhan memiliki banyak komponen. Komponen-komponen yang ada terasa sangat kompleks karena terkait dengan kemampuan subjektif seseorang untuk dapat menggunakan kemampuan dan potensi emosionalnya dalam kehidupan sehari-hari. Kecerdasan emosional menuntut individu untuk belajar mengakui dan menghargai perasaan diri sendiri dan orang lain serta untuk menanggapi dengan tepat, yang terdiri dari kemampuan untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan dengan orang lain (**Goleman, 2004**).

Pada dasarnya kemampuan mengenal emosi diri merupakan dasar dari kecerdasan emosional. Mengetahui apa yang dirasakan pada suatu saat dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan bagi diri sendiri, sebagai tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat. Ketidakmampuan untuk mencermati perasaan yang sesungguhnya membuat diri berada dalam kekuasaan pikiran. Sehingga tidak peka akan perasaan yang sesungguhnya dan berakibat buruk bagi pengambilan keputusan masalah.

Kemampuan mengenal emosi diri berkaitan dengan kemampuan mengelola emosi. Kemampuan mengenal emosi diri sangat mempengaruhi bagaimana individu mengelola emosinya. Mengelola emosi berarti menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan tepat. Hal ini merupakan keterampilan yang sangat bergantung pada kesadaran diri dalam mengenal emosi diri. Individu yang buruk kemampuannya dalam keterampilan ini akan terus menerus bertarung melawan perasaan murung atau melarikan diri pada hal-hal negatif yang merugikan dirinya sendiri. Sedangkan individu

yang berhasil mengelola emosinya mampu menghibur diri ketika ditimpa kesedihan, dapat melepaskan kecemasan dan dapat bangkit kembali dengan cepat dari kemerosotan dan kejatuhan dalam kehidupan.

Individu yang mampu memotivasi diri akan cenderung memiliki pandangan yang positif dalam menilai segala sesuatu yang terjadi dalam dirinya. Dalam hal ini individu menggunakan hasrat yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun menuju sasaran, membantu mengambil inisiatif untuk bertindak secara efektif serta mampu bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi.

Kemampuan mengenal emosi orang lain adalah merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan orang lain (empati). Empati memungkinkan seseorang mengetahui perasaan dan pikiran orang lain. Empati dibangun berdasarkan kesadaran diri, jika individu terbuka pada emosi sendiri maka dapat dipastikan bahwa ia akan terampil membaca perasaan orang lain. Sebaliknya orang yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan emosinya sendiri dapat dipastikan tidak akan mampu menghormati perasaan orang lain.

Membina hubungan dengan orang lain merupakan keterampilan sosial yang mendukung keberhasilan dalam pergaulan dengan orang lain. Tanpa memiliki keterampilan ini seseorang akan mengalami kesulitan dalam pergaulan sosial. Pada akhirnya kemampuan-kemampuan ini akan memberikan pemahaman yang lebih mendalam dan lebih utuh tentang diri individu sendiri dan individu lainnya dalam berinteraksi dengan orang lain.

Dalam berinteraksi ini, setiap individu akan menerima tanggapan sebagai umpan balik dari lingkungan. Tanggapan yang diberikan dijadikan cermin bagi

individu untuk menilai dan memandang dirinya sendiri (**Calhoun & Acocella dalam Alex Sobur, 2003**).

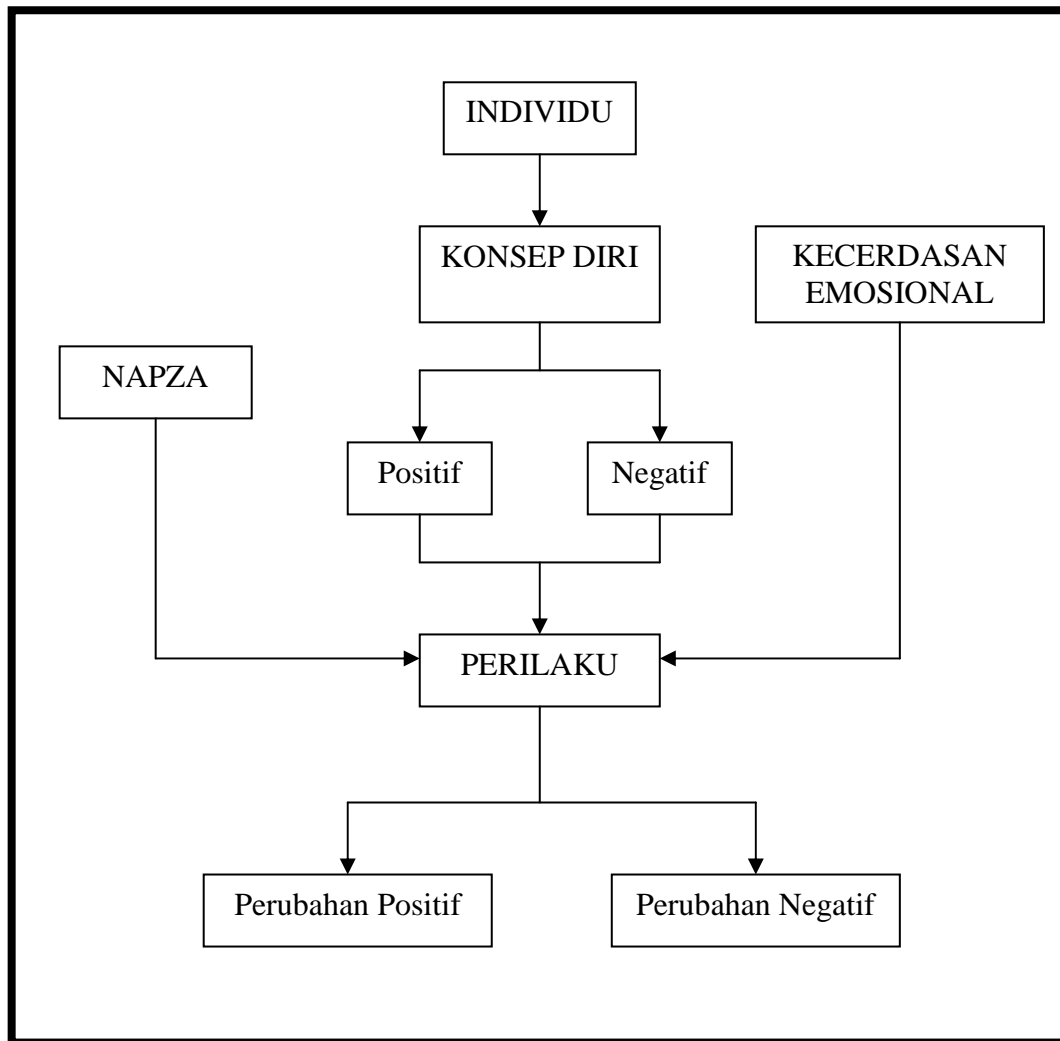
Setiap individu mempunyai penilaian tentang dirinya. Penilaian ini menurut **Fitts (1977)** merupakan keseluruhan kesadaran atau persepsi mengenai identitas diri, tingkah laku diri dan penerimaan diri yang dinamakan dengan konsep diri.

Dalam prosesnya masing-masing individu akan mempunyai penilaian yang berbeda-beda tentang dirinya. **Burn (1993)**, mengemukakan bahwa individu dengan konsep diri (pandangan diri) positif mendapatkan evaluasi (penilaian) positif dari orang lain. Namun bila individu dengan konsep diri (pandangan diri) yang negatif akan mendapatkan evaluasi (penilaian) yang negatif pula dari orang lain.

Dapat dikatakan bahwa konsep diri bukan merupakan faktor yang dibawa sejak lahir, melainkan faktor yang dipelajari dan dibentuk dari pengalaman individu dalam berhubungan dengan individu lain. Dalam hal ini, kecerdasan emosional akan sangat menentukan keberhasilan individu dalam berhubungan dengan individu lain (berinteraksi sosial).

Kecerdasan emosional sebagai faktor yang menentukan pemahaman individu terhadap dirinya sendiri maupun terhadap orang lain akan mempengaruhi perilaku individu dalam berhubungan dengan orang lain. Individu yang dapat memahami dirinya dan orang lain secara utuh dan mendalam akan memandang dan menilai segala sesuatu secara positif dan begitu pula sebaliknya.

Dengan demikian kecerdasan emosional individu akan mempengaruhi konsep diri yang akan menentukan perilaku individu tersebut. Untuk lebih menyederhanakan uraian diatas maka dibuat bagan kerangka pikir sebagai berikut:



Gambar 1.1 Kerangka pikir hubungan antara kecerdasan emosional dengan konsep diri narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA

1.6 Asumsi

Dari uraian-uraian diatas maka dibuat asumsi bahwa: “Terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan konsep diri pada narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA di Lembaga Pemasyarakatan Pekanbaru”.

1.7 Hipotesis

Berdasarkan asumsi yang dikemukakan diatas maka dapat ditarik hipotesis bahwa: “Semakin tinggi kecerdasan emosional narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA maka semakin positif konsep dirinya”.

BAB II

TINJAUAN TEORITIS

Pada bab ini penulis akan membahas beberapa teori dan hasil-hasil penelitian yang dapat dijadikan sebagai kerangka berpikir yang berhubungan dengan masalah yang dikemukakan dalam penelitian ini.

Adapun teori yang akan penulis bahas dalam bab ini berturut-turut sebagai berikut:

1. NAPZA
2. Kecerdasan Emosional
3. Konsep Diri

2.1 NAPZA

2.1.1 Pengertian NAPZA

NAPZA merupakan singkatan dari narkoba, alkohol, psikotropika dan zat adiktif lainnya. Istilah NAPZA ini diperkenalkan oleh Departemen Kesehatan Republik Indonesia. NAPZA merupakan bahan/zat yang bila masuk ke dalam tubuh akan mempengaruhi tubuh sehingga bilamana disalahgunakan akan menyebabkan gangguan fisik, psikis/jiwa dan fungsi sosial. NAPZA secara umum adalah suatu zat yang dapat menimbulkan perubahan perasaan, suasana pengamatan/penglihatan karena zat tersebut mempengaruhi susunan syaraf pusat.

Meningkatnya perkembangan tindak pidana penyalahgunaan NAPZA di Indonesia sangat didukung oleh beberapa faktor. Faktor yang dapat mendukung tersebut antara lain:

- a. Sebagai dampak kemajuan komunikasi dan transparansi yang mengglobal sehingga adanya perubahan sikap budaya masyarakat untuk meniru kehidupan gaya barat yang tidak lepas dari NAPZA.
- b. Kejahatan NAPZA suatu kegiatan bisnis yang menggiurkan karena keuntungannya sangat besar dan dapat diperoleh dalam waktu yang sangat singkat.
- c. Penggunaan NAPZA dapat dianggap dan dijadikan sebagai pelarian atau jalan pintas dalam melepaskan segala permasalahan hidup yang dihadapi seseorang.
- d. Indonesia yang mengalami tekanan ekonomi yang sangat buruk dan berkepanjangan banyak menimbulkan PHK serta bertambahnya pengangguran, putus sekolah, sehingga bisnis penyalahgunaan NAPZA menjadi bisnis yang menjanjikan keuntungan besar. Oleh karena itu bisnis penyalahgunaan NAPZA dilakukan untuk memenuhi kebutuhan hidup.
- e. Akibat ketidakstabilan politik dan ekonomi sampai saat ini membuat para elit politik berkonsentrasi pada masalah politik, sehingga dijadikan peluang bagi para pelaku kejahatan penyalahgunaan NAPZA untuk mengembangkan bisnisnya.
- f. Pemberantasan tindak pidana penyalahgunaan NAPZA memerlukan dana yang sangat besar, sebagaimana yang dilaksanakan negara maju. Namun sangat bermasalah bagi pemerintah Indonesia karena belum mampu menyiapkan dana yang cukup memadai.

2.1.1.1 Narkotika

Istilah narkotika yang dikenal di Indonesia berasal dari bahasa Inggris “*narcotics*” yang berarti obat bius, yang sama artinya dengan kata “*narcosis*” dalam bahasa Yunani yang berarti menidurkan atau membiuskan.

Narkotika adalah zat atau obat yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman baik sintetis maupun semi sintetis yang dapat menyebabkan penurunan atau perubahan kesadaran, hilangnya rasa, mengurangi sampai menghilangkan rasa nyeri dan dapat menimbulkan ketergantungan. Menurut cara atau proses pengolahannya, narkotika dikelompokkan menjadi:

- a. Narkotika Alam, yaitu yang berasal dari olahan tanaman yang berjenis *opium* atau *candu*, *kokain* dan *cannabis sativa* atau *marihuana* atau yang disebut juga dengan *ganja*.
- b. Narkotika Semi Sintetis, yaitu yang dibuat dari *alkaloida opium* dengan inti *penathren* dan diproses secara kimiawi untuk menjadi bahan obat yang berkhasiat sebagai narkotika. Contoh yang sering disalahgunakan adalah *heroin*, *codein*, *puttaw*.
- c. Narkotika Sintetis, yaitu yang diperoleh melalui proses kimia dengan menggunakan bahan baku kimia, sehingga diperoleh suatu hasil yang baru yang mempunyai efek Narkotika. Contohnya *pethidine*, *metadon*, *megadon*.

2.1.1.2 Alkohol

Alkohol adalah cairan bening, mudah menguap dan mudah bergerak, tidak berwarna, bau khas, rasa panas, alkohol mudah terbakar dengan memberikan

nyala berwarna biru dan tidak berasap. Alkohol dikenal dengan beberapa jenis, yaitu:

a. Alkohol absolut atau alkohol mutlak

Alkohol ini merupakan hampir alkohol murni dengan kadar alkohol dihitung sebagai C_2H_5OH sebesar 99,8% dan air 0,2%.

b. Ethanol

Secara umum digunakan di bidang kedokteran atau farmasi bila hanya disebut *Aethanolum* atau alkohol saja, maka yang dimaksud adalah alkohol berkadar 95 sampai 96,8%

c. Ethanol dilutum

Nama lainnya adalah ethanol encer, dengan kadar alkohol 69,1% – 71,0%.

Alkohol banyak digunakan dalam industri, laboratorium dan lain-lain. Di bidang kedokteran atau farmasi, alkohol dipakai sebagai pelarut, pengawet, antiseptik maupun sebagai pembunuh kuman. Di dalam minuman keras, alkohol merupakan bahan utama dengan kadar bermacam-macam, misalnya: Bir Bintang dan Green Sand (minuman keras yang berkadar ethanol 1% - 5%, Anggur Malaga (minuman keras berkadar ethanol 5% - 20%), Brandy, Whisky, Jenever (minuman keras berkadar ethanol 20% - 50%).

2.1.1.3 Psikotropika

Psikotropika adalah zat atau obat, baik alamiah maupun sintetis bukan narkotika, yang berkhasiat melalui pengaruh selektif pada susunan saraf pusat

yang menyebabkan perubahan khas pada aktivitas mental dan perilaku. Obat-obat psikotropika yang sering disalahgunakan sebagai berikut :

- a. *Amphetamin sulfas* dengan nama dagang: *Amphetamin* Injeksi dan *Amphetamin* Tablet.
- b. *Nitrazepam* dengan nama dagang: *Pil KB/sedatin*, *Dumolid*, *Somnil*
- c. *Flunitrazepam* dengan nama dagang: *Rohypnol*
- d. *Bromazepam* dengan nama dagang: *Lexotan*.
- e. *Diazepam* dengan nama dagang: *Valium*, *Stesolid*, *Validex*, *Valinter*.
- f. *Flurazepam* dengan nama dagang: *Dalmadorm*
- g. *Metakualon* dengan nama dagang: *Mandrax*
- h. *Phenobarbital* dengan nama dagang: *Cypron syrup*, *sendanal*.

Pengaruh penggunaan psikotropika terhadap susunan saraf pusat dapat dikelompokkan menjadi:

- a. *Depressant*, yaitu yang bekerja mengendorkan atau mengurangi aktivitas susunan saraf pusat. Contohnya antara lain: *Sedatin* (pil KB). *Rohynol*, *Mogadon*, *Valium*, *Mandrax*.
- b. *Stimulant*, yaitu yang bekerja mengaktifkan kerja susunan saraf pusat. Contohnya: *Amphetamine* dan *Ecstasy*.
- c. *Halusinogen*, yaitu yang bekerja mrnimbulkan perasaan halusinasi atau khayalan. Contoh: *Lysergid Acid Diethylamide (LSD)*.

2.1.1.4 Zat Adiktif

Zat adiktif adalah bahan berbahaya yang merupakan bahan kimia meledak, mudah menyala atau terbakar, bersifat oksidator, mengandung racun korosif, menimbulkan iritasi, sentilasi luka dan nyeri, menimbulkan bahaya elektronik, karsinogenik, teratogenik mutagenik, etiologik atau biomedik. Zat adiktif dan bahan berbahaya diklasifikasikan menjadi:

- a. Kelas 1, yaitu bahan yang dapat menimbulkan bahaya yang fatal dan luas secara langsung dan tidak langsung, karena sulit penanganan dan pengamanannya. Contohnya: Pestisida, DDT
- b. Kelas 2, yaitu bahan yang sangat mudah meledak karena gangguan mekanik. Contohnya: Minuman keras, spritus dan bensin.
- c. Kelas 3, yaitu bahan yang bersifat karsinogenik dan mutagenik. Contohnya: Zat pewarna atau pemanis makanan.
- d. Kelas 4, yaitu bahan korosif sedang dan lemah. Contohnya: Kosmetik dan alat kesehatan.

2.1.2 Gejala dan Akibat Penyalahgunaan NAPZA

NAPZA mempengaruhi otak dan tingkah laku individu yang terlibat penyalahgunaannya. Obat-obat tersebut dapat berpengaruh terhadap kepribadian individu sedemikian rupa sehingga apa yang biasanya berada di bawah kontrol menjadi terlepas dan mengacaukan keseimbangan kepribadian individu.

Perilaku individu akibat penyalahgunaan NAPZA sangat dipengaruhi oleh jenis zat/obat yang dipakai dan dosis yang digunakan, disamping itu juga dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain:

- a. Derajat kemurnian zat
- b. Bahan pelarut
- c. Riwayat pemakai obat/obat sebelumnya
- d. Kepribadian pemakai
- e. Harapan pemakai terhadap zat/obat yang digunakan
- f. Suasana pada waktu memakai

Gejala-gejala dan akibat pada penyalahgunaan NAPZA bermacam-macam tergantung jenis zat/obatnya antara lain:

a. Narkotika

1) Opium

Yang paling sering digunakan adalah dengan cara menyuntikkan, meskipun permulaannya kadang-kadang dipakai dengan cara merokok. Setelah pemakaian opium, timbul gejala gembira berlebihan, banyak bicara tetapi cadel dan ada kemungkinan gejala yang muncul adalah menjadi tak peduli dengan keadaan sekitarnya (apatis) dan ngantuk, kemampuan dan daya penilaian menjadi berkurang dan sering bersikap perusuh (menentang dan melakukan hal-hal yang melawan hukum).

Akibat pemakaian opium yang terus-menerus akan mempengaruhi perubahan fisik dan mental mereka. Karena susunan saraf mereka menjadi rusak dan otak sebagai pusat pengendali tidak dapat bekerja dengan normal. Sifat toleransi terhadap opium menuntut terus, yaitu ketergantungan untuk menambah dosis pada tingkat

berikutnya, karena dosis yang yang digunakan sebelumnya tidak lagi memberikan kepuasan baginya. Pemakaian opium yang sangat berlebihan akan menimbulkan perilaku yang patologis dan terjadi keracunan yang dan serius secara fisik maupun psikis seperti tidak bias hidup tanpa opium.

2) Kokain

Penggunaan yang paling sering adalah dengan cara menaruh bubuk kokain pada selaput lender hidung, kemudian dihirup. Kadang-kadang ada yang menggunakan suntikan sebagai cara campuran dari heroin dan yang biasa disebut *Speedball* disamping ada yang dengan cara merokok.

Setelah pemakaian akan timbul gejala-gejala seperti hiperaktif, rasa gembira, rasa harga diri meningkat, banyak bicara, dapat terjadi mual, muntah dan berkeringat dingin. Akibat dari itu biasanya perkelahian yang disebabkan oleh hal sepele dapat terjadi, disamping perilaku lain yang menyimpang.

Akibat utama dari pemakaian kokain ini adalah dapat mendatangkan kesegaran dan menghilangkan rasa letih. Tetapi sebaliknya bila pemakaian kokain sudah terlanjur kronis maka menimbulkan tidak bergairah bekerja, tidak bisa tidur, halusinasi, tidak nafsu makan, berbuat dan perpikir tanpa tujuan, tidak punya ambisi, kemauan dan perhatian. Selanjutnya apabila sudah pada tingkat over dosis dapat menyebabkan kematian, karena serangan dan gangguan

pada pernafasan dan terhadap jantung. Disamping itu juga dapat menimbulkan keracunan pada susunan saraf sehingga korban dapat mengalami kejang-kejang, tingkah laku yang kasar, pikiran yang kacau dan gelap mata.

Pecandu kokain bila sudah mengalami ketergantungan kemudian secara tiba-tiba dihentikan pemakaiannya (putus obat) maka ia akan merasakan deprese atau perasaan sedih, takut, bingung, panik, putus asa dan rasa lelah yang berlebihan.

3) Ganja

Ganja (mariyuana) lebih sering digunakan dengan cara merokok dan menimbulkan gejala-gejala antara lain seolah-olah waktu berlalu dengan lambat (apatis), merasa seolah-olah bunyi musik lebih asyik, selain itu mata menjadi merah dan mulut kering. Juga dapat terjadi kecurigaan yang tidak beralasan sama sekali dan hal ini dapat menimbulkan suatu tindak pidana.

Penyalahgunaan ganja dapat berakibat terhadap fisik maupun psikis sipemakai yang antara lain:

- a) Pada fisik, denyut jantung atau nadi lebih cepat, temperature badan menurun, mata merah, nafsu makan bertambah, mulut kering, santai, tenang dan melayang-layang.
- b) Pada psikis atau mental, pikiran selalu rindu pada ganja, daya tahan menghadapi masalah menjadi lemah, malas, apatis, tidak

peduli dan kehilangan untuk belajar maupun bekerja, persepsi waktu dan pertimbangan intelektual maupun moral terganggu.

4) Heroin

Heroin menimbulkan rasa kesibukan yang sangat cepat/*rushing sensation* (\pm 30-60 detik) diikuti rasa menyenangkan seperti mimpi yang penuh kedamaian dan kepuasan atau ketenangan hati (*eurofia*). Individu selalu ingin menyendiri untuk menikmatinya. Pemakaian heroin ini mengakibatkan bahaya sebagai berikut:

- a) Kematian, karena kelebihan dosis dan karena bahan campurannya.
- b) Ketergantungan fisik maupun psikis, dalam keadaan seperti ini, perbuatan apapun dilakukan untuk memperoleh heroin yang dibutuhkan. Sehingga sering melakukan tindakan-tindakan asusila, kriminal, asosial, pelanggaran lalu lintas dan tindakan tercela lainnya.
- c) Toleransi, suatu rangsangan dimana takaran kebutuhan heroin yang dipergunakan makin lama makin meningkat untuk mendapatkan suatu efek yang sama.
- d) Ketagihan, dalam keadaan ketergantungan ia akan merasakan nyeri yang amat hebat secara tiba-tiba.
- e) Komplikasi berbagai macam penyakit dalam dirinya, antara lain penyakit kulit, hati, ginjal, paru-paru dan pernafasan.

5) Puttaw/Morfin

Puttaw atau yang dikenal juga dengan morfin dapat menimbulkan rasa santai bagi pemakainya. Cara pemakaiannya disuntik di bawah kulit, ke dalam otot atau pembuluh darah (intravena). Dalam dunia pengobatan, morphine digunakan untuk bahan obat penenang dan obat untuk menghilangkan rasa sakit atau nyeri.

Dalam perdagangan gelap, morphine selalu dicampur dengan bahan lain seperti tepung gula, tepung terigu, tepung kina, tablet APC, dan lain-lain. Efek samping dari penggunaan morfin dan dapat mengganggu fungsi tubuh, sebagai berikut:

- a) Susunan syaraf vital dan otak yang dipaksa diluar kemampuan.
- b) Pencemaran pada darah akibat zat-zat yang mempunyai efek yang keras, sehingga menimbulkan peradaran darah dan kerja jantung yang terangsang diluar tugasnya.
- c) Pernafasan yang tidak teratur sehingga menimbulkan kelelahan.
- d) Ketergantungan yang timbul baik rohani maupun jasmani.
- e) Kematian akan terjadi karena penggunaan yang melebihi dosis.

6) Pethidine, Metadon, Megadon

Penyalahgunaan jenis narkotika ini mempunyai efek dan ketergantungan yang bahayanya sama dengan jenis narkotika lainnya.

b. Alkohol

Alkohol berkhasiat menekan aktifitas susunan saraf pusat. Dalam jumlah sedikit akan mempengaruhi pusat pengendalian diri dan otak. Berkhasiat seolah-olah sebagai perangsang (stimulus) susunan saraf. Karena penekanan pengendalian diri tersebut, rasa malu akan berkurang, peminum akan lebih berani berbicara dan lebih leluasa berkomunikasi dengan orang lain, tidak akan merasa cemas, merasa senang dan juga banyak tertawa serta menimbulkan kebingungan. Minum-minuman keras dalam jumlah banyak mengakibatkan peminum akan jalan sempoyongan, berbicara menjadi tidak jelas (pelo/cadel), daya ingat dan kemampuan menilai sesuatu terganggu untuk sementara waktu. Dalam jumlah lebih banyak lagi dapat menimbulkan koma bahkan kematian. Pada intoksikasi (keracunan) lebih dikenal dengan istilah mabuk, dimana akan terlihat gejala: pembicaraan cadel, banyak bicara, koordinasi motorik terganggu (jalan sempoyongan), bola mata bergerak-gerak kesamping (*nystagmus*), mata merah, terjadi perubahan alam perasaan, mudah marah dan tersinggung.

Akibat penyalahgunaan minuman yang beralkohol ini dapat dilihat sebagai berikut:

- 1) Gangguan kesehatan fisik, minuman keras dalam jumlah yang banyak pada waktu yang lama dapat menimbulkan kerusakan hati, jantung, pankreas, lambung dan otot.

- 2) Gangguan kesehatan jiwa, minuman keras secara kronis dalam jumlah yang berlebihan dapat menimbulkan kerusakan permanen pada jaringan otak sehingga menimbulkan gangguan daya ingatan, kemampuan daya penilaian dan gangguan jiwa tertentu.
- 3) Gangguan fungsi sosial/pekerjaan, akibat minuman keras alam perasaan seseorang menjadi berubah. Orang menjadi mudah tersinggung dan perhatian terhadap lingkungan terganggu.
- 4) Gangguan terhadap ketertiban dan keamanan masyarakat, individu yang berada dalam pengaruh alkohol akan menjadi lebih agresif. Individu melakukan kejahatan 80% berada dibawah pengaruh alkohol.

c. Psikotropika

Penyalahgunaan psikotropika dari jenis yang termasuk obat penenang dan obat tidur dapat menimbulkan gejala-gejala yang mirip antara lain satu dengan lainnya. Mulai dengan gejala emosi yang labil, mudah tersinggung, banyak bicara meskipun cadel, sempoyongan, gangguan perhatian/daya ingat yang berlanjut dengan hilangnya kontrol pada rangsang seksual serta agresivitas dan dapat menimbulkan perilaku penyimpangan yang berakibat pada pelanggaran hukum.

Psikotropika ini dapat mengakibatkan ketergantungan, menurunkan aktivitas otak atau merangsang susunan saraf pusat yang dapat menimbulkan kelainan tingkah laku disertai dengan timbulnya halusinasi, ilusi dan gangguan cara berpikir.

d. Zat Adiktif lainnya

Zat-zat adiktif merupakan jenis zat-zat berbahaya yang tidak termasuk golongan narkoba maupun psikotropika, tetapi mempunyai pengaruh dan efek merusak fisik dan psikis seseorang jika disalahgunakan sebagaimana penggunaan obat-obat berbahaya lainnya.

2.1.3 Dampak Penyalahgunaan Napza

Narkoba, alkohol, psikotropika dan zat adiktif lainnya akan mempunyai manfaat yang besar bila digunakan untuk pengobatan maupun penelitian ilmu pengetahuan, tetapi sebaliknya apabila disalahgunakan akan mengakibatkan berbagai macam bahaya bagi umat manusia. Dari akibat-akibat yang ditimbulkan dari penyalahgunaan NAPZA, maka secara garis besarnya dapat menimbulkan dampak sebagai berikut:

a. Terhadap pribadi

1. NAPZA dapat merubah kepribadian individu secara drastis seperti pemurung, pemarah bahkan melawan terhadap siapapun.
2. Menimbulkan sifat masa bodoh sekalipun terhadap dirinya sendiri, seperti tidak lagi memperhatikan pekerjaan, rumah, pakaian, tempat tidur dan sebagainya.
3. Semangat bekerja menjadi demikian menurun dan suatu ketika bisa saja individu bersikap seperti orang gila karena reaksi dari penggunaan NAPZA tersebut.
4. Tidak lagi ragu untuk mengadakan hubungan seks secara bebas karena pandangannya terhadap norma-norma masyarakat, hukum,

agama sudah demikian longgar, bahkan kadang-kadang pupus sama sekali.

5. Tidak segan-segan menyiksa diri karena ingin menghilangkan rasa nyeri atau menghilangkan sifat ketergantungan obat.
6. Menjadi pemalas bahkan hidup santai

b. Terhadap keluarga

1. Melakukan tindakan pencurian uang bahkan menjual barang di rumah yang bisa diuangkan untuk mendapatkan NAPZA.
2. Kurang menghargai harta milik yang ada di rumah, seperti mengendarai kendaraan tanpa perhitungan rusak atau menjadi hancur sama sekali.
3. Mencemarkan nama keluarga.

c. Terhadap kehidupan sosial

1. Berbuat tidak senonoh (mesum) dengan orang lain, sehingga diri yang berbuat mendapat hukuman masyarakat yang berkepanjangan.
2. Tidak segan-segan mengambil milik tetangga/orang lain demi memperoleh uang untuk membeli narkoba, mengganggu ketertiban umum, seperti mengendarai kendaraan bermotor dengan kecepatan tinggi.
3. Menimbulkan bahaya bagi ketentraman dan keselamatan umum antara lain tidak merasa menyesal apabila melakukan kesalahan.

Menyadari dampak-dampak negatif akibat penyalahgunaan NAPZA yang menyebabkan gangguan fisik dan mental setiap individu yang memakainya, maka akan mempengaruhi juga kehidupan masyarakat dilingkungannya. Hal ini dikarenakan individu-individu tersebut merupakan bagian dari masyarakat.

Masalah individu dari sebuah keluarga (masyarakat terkecil) merupakan masalah dari masyarakat dilingkungannya, yang pada akhirnya dapat membahayakan sendi-sendi kehidupan masyarakat itu sendiri.

2.1.4 Upaya Penanggulangan Penyalahgunaan NAPZA

Menurut **Soedjono (dalam Sudarsono, 2004)** secara global upaya penanggulangan penyalahgunaan NAPZA dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu:

a. Cara Moralistik

Dilakukan dengan menitikberatkan pada pembinaan moral dan membina kekukuhan mental masyarakat. Dengan pembinaan moral yang baik, masyarakat tidak mudah terjerumus dalam penyalahgunaan NAPZA.

b. Cara abolisionistik

Dilakukan dengan mengurangi bahkan menghilangkan sebab-sebab yang mendorong terjadinya penyalahgunaan NAPZA dengan alasan apapun.

Upaya penanggulangan penyalahgunaan NAPZA ini merupakan upaya yang simultan dan holistik, yaitu penanggulangan penyalahgunaan NAPZA dilakukan secara terpadu dengan kepedulian dari semua pihak yang terkait mulai dari individu yang terlibat, keluarga, masyarakat serta aparat kepolisian.

2.2 Kecerdasan Emosional

Ada baiknya sebelum membahas mengenai kecerdasan emosional, perlu diketahui apa yang dimaksud dengan emosi, jenis-jenis emosi, perkembangannya serta pengaruhnya terhadap tingkah laku seseorang.

2.2.1 Pengertian Emosi

Emosi adalah salah satu dari trilogy mental yang terdiri dari kognisi, emosi dan motivasi. Akar kata emosi adalah “*movere*”, kata kerja Bahasa Latin yang berarti “menggerakkan, bergerak”, ditambah awalan “*e*” untuk memberi arti “bergerak menjauh”. Ini menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal yang mutlak dalam emosi. Dalam makna yang paling harfiah, *Oxford English Dictionary* mendefinisikan kata emosi dengan “setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu, setiap keadaan mental yang hebat atau meluap-luap”.

Beberapa ahli mempunyai pendapat yang berbeda tentang emosi. **Crow & Crow (dalam Alex Sobur, 2003)** mengemukakan emosi sebagai suatu keadaan yang bergejolak pada diri individu yang berfungsi sebagai *inner adjustment* (penyesuaian dari dalam) terhadap lingkungan untuk mencapai kesejahteraan dan keselamatan individu.

Berkowitz (dalam Alex Sobur, 2003) mengartikan emosi sebagai suatu jaringan yang didalamnya terdapat berbagai komponen yang saling berhubungan. Setiap keadaan emosional merupakan kumpulan berbagai perasaan tertentu, reaksi ekspresif motorik, pikiran dan kenangan yang berkaitan satu sama lain. Karena saling keterkaitan itu, aktifnya satu komponen cenderung mengaktifkan bagian-bagian lain jaringan itu sesuai dengan tingkat kebutuhannya.

William James (dalam Alex Sobur, 2003) mendefinisikan emosi sebagai kecenderungan untuk memiliki perasaan yang khas bila berhadapan dengan objek tertentu dalam lingkungannya.

Clifford T. Morgan (dalam Alex Sobur, 2003) menjelaskan bahwa emosi merupakan suatu permulaan dari keadaan organisme yang tenang (normal) menuju suatu keadaan ketika organisme memiliki perasaan yang kuat, impuls diarahkan kepada tindakan terbuka dan terjadi reaksi fisik internal. Emosi sulit didefinisikan, sebab emosi melibatkan begitu banyak aspek, sulit diobservasi secara obyektif, juga terdapat kesulitan untuk membedakannya dengan motivasi. Selain itu orang cenderung menyembunyikan emosinya sehingga emosi sulit diketahui hanya berdasar penglihatan saja.

Daniel Goleman (2004) mengemukakan bahwa emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran-pikiran khasnya, suatu keadaan biologis dan psikologis, serangkaian kecenderungan untuk bertindak, memiliki ratusan jenis termasuk campuran, variasi mutasi dan nuansanya.

Manusia memiliki ratusan dan ragam emosi. Oleh sebab itu, emosi manusia memiliki variasi, kombinasi dan nuansa-nuansa. **Daniel Goleman (2004)** mempunyai daftar untuk jenis-jenis emosi tersebut sebagai berikut:

- a. Amarah: beringas, mengamuk, benci, marah besar, jengkel, kesal hati, terganggu, rasa pahit, berang, tersinggung, bermusuhan, kekerasan dan kebencian patologis.
- b. Kesedihan: sedih, muram, suram, melankolis, mengasihani diri, kesepian, ditolak, putus asa dan depresi untuk yang patologis.

- c. Rasa takut: cemas, takut, gugup, khawatir, was-was, perasaan takut sekali, waspada, sedih, tidak tenang, ngeri, takut sekali, kecut serta fobia dan panik untuk yang patologis.
- d. Kenikmatan: bahagia, gembira, ringan, puas, riang, senang, terhibur, bangga, kenikmatan indrawi, takjub, rasa terpesona, rasa puas, rasa terpenuhi, kegirangan luar biasa, senang, senang sekali dan mania sebagai yang paling ekstrim.
- e. Cinta: penerimaan, persahabatan, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, bakti, hormat, kasmaran dan kasih.
- f. Terkejut: hina, jijik, muak, mual, benci, tidak suka dan mau muntah.
- g. Malu: rasa salah, malu hati, kesal hati, sesal, hina, aib dan hati hancur lebur.

2.2.2 Perkembangan Emosi

Di saat anak baru lahir, saraf yang menghubungkan otak baru dengan otak lama belum berkembang secara penuh. Karena itu, respon emosional anak tersebut tidak terkendalikan. Ia memberikan reaksi secara keseluruhan, tanpa menunjukkan perbedaan antara berbagai tingkat dan jenis stimulus.

Hubungan-hubungan pentingpun belum berkembang secara penuh, yakni berbagai hubungan di dalam otak baru sendiri tempat suatu pengalaman dihubungkan dengan pengalaman lainnya. Akibatnya, anak merespon secara emosional terhadap stimulus-stimulus yang jumlahnya lebih sedikit bila dibandingkan dengan jumlah stimulus yang direspon orang dewasa. Selain itu, perasaannya lebih sedikit demikian pula respon tingkah lakunya.

Dalam pertumbuhan yang normal, hubungan-hubungan saraf itu berkembang di dalam otak baru dan diantara otak baru dan otak lama. Disaat kematangan ini tumbuh, respon-respon emosional berkembang melalui empat jalan. Hal ini sesuai dengan empat aspek emosi, yaitu stimulus, perasaan, respon-respon internal dan pola-pola tingkah laku.

Dengan mengetahui antara respon-respon emosional anak dan respon-respon emosional orang dewasa, bisa diketahui bahwa perkembangan-perkembangan itu bergerak dari tingkat sederhana ke tingkat yang rumit.

Perkembangan emosi, seperti juga pada tingkah laku lainnya, ditentukan oleh proses pematangan dan proses belajar. Misalnya, seorang bayi yang baru lahir bisa menangis, namun ia harus mencapai tingkat kematangan tertentu untuk tertawa. Sesudah anak itu besar, ia akan belajar bahwa menangis dan tertawa bisa digunakan untuk maksud tertentu pada situasi tertentu.

Pada bayi yang baru lahir, satu-satunya emosi yang nyata adalah kegelisahan yang tampak sebagai ketidaksenangan dalam bentuk menangis dan meronta. Pada keadaan tenang, bayi itu tidak menunjukkan perbuatan apa pun, jadi emosinya netral.

Kurang lebih tiga bulan kemudian, baru tampak perbedaan. Pada saat ini, terdapat dua ekstremitas, yaitu rasa tertekan atau terganggu dan rasa senang atau gembira. Senang atau gembira merupakan perkembangan emosi lebih lanjut yang tidak terdapat pada waktu lahir.

Pada waktu usia lima bulan, marah dan benci mulai dipisahkan dari rasa tertekan atau terganggu. Usia tujuh bulan, mulai tampak perasaan takut. Antara

usia 10-12 bulan, perasaan bersemangat dan kasih sayang mulai terpisah dari rasa senang. Semakin besar anak itu, semakin besar pula kemampuannya untuk belajar, sehingga perkembangan emosinya kian rumit. Perkembangan emosi lewat proses pematangan hanya terjadi hingga usia satu tahun. Setelah itu, perkembangan selanjutnya lebih baik ditentukan oleh proses belajar.

2.2.3 Pengaruh Emosi Pada Individu

Menurut **Crow & Crow (dalam Alex Sobur, 2003)** emosi merupakan aspek dari kemampuan pengembangan pola tingkah laku seseorang. Setiap individu dapat menggunakan emosi untuk mencapai kesenangan atau untuk menyelamatkan diri. Orang yang matang secara emosional diasumsikan memiliki pengendalian dan kemandirian dalam tingkah lakunya.

Emosi dapat merupakan kecenderungan yang membuat individu frustrasi, tetapi juga bisa menjadi modal untuk meraih kebahagiaan dan keberhasilan hidup. Semua itu tergantung pada emosi mana yang dipilih oleh individu dalam bereaksi terhadap orang lain, kejadian-kejadian dan situasi disekitarnya.

Berkaitan dengan itu, **Coleman & Hammen (dalam Alex Sobur, 2003)** menyebutkan, ada empat fungsi emosi:

1. Emosi adalah pembangkit energi (*energizer*)

Tanpa emosi, individu tidak sadar atau mati. Hidup berarti merasai, mengalami, bereaksi dan bertindak. Emosi membangkitkan dan memobilisasi energi individu. Marah menggerakkan individu untuk menyerang, takut menggerakkan individu untuk lari dan cinta mendorong individu untuk mendekat dan bermesraan.

2. Emosi adalah pembawa informasi (*messenger*)

Bagaimana keadaan diri individu dapat diketahui dari emosinya. Jika marah, individu mengetahui bahwa ia dihambat atau diserang orang lain. Sedih berarti individu kehilangan sesuatu yang ia senangi. Bahagia berarti individu memperoleh sesuatu yang ia senangi atau berhasil menghindari hal yang ia benci.

3. Emosi adalah pembawa pesan dalam komunikasi interpersonal

Dalam retorika diketahui bahwa pembicaraan yang menyertakan seluruh emosi dalam pidato dipandang lebih hidup, lebih dinamis dan lebih meyakinkan.

4. Emosi adalah sumber informasi tentang keberhasilan individu

Individu mendambakan kesehatan dan mengetahuinya ketika ia merasa sehat. Individu mencari keindahan dan mengetahui bahwa ia memperolehnya ketika ia merasakan kenikmatan estetis dalam dirinya.

2.2.4 Sejarah Kecerdasan Emosional

Orang yang pertama menggunakan istilah kecerdasan emosional adalah **Peter Salovey** dan **John Mayer**. Kemudian **Daniel Goleman** lah yang mengkajinya secara mendalam.

Kajian kecerdasan emosional berkembang terlebih setelah terjadi lonjakan drastis dalam kajian ilmiah dibidang emosi. Kajian tersebut dimulai dari penjelasan mengenai penemuan baru arsitektur emosi otak yang dapat menjelaskan momen-momen yang paling membingungkan dalam kehidupan. Momen-momen ketika perasaan mengalahkan semua rasionalitas, ketika individu

memahami keterkaitan struktur otak yang mengatur momen-momen marah dan takut atau nafsu dan kegembiraan. Kajian yang mengungkapkan banyak hal tentang bagaimana sesungguhnya individu mempelajari kebiasaan emosional yang dapat melemahkan niat-niat baik, yang individu lakukan untuk meredakan dorongan-dorongan emosi yang lebih destruktif atau mengalahkan diri sendiri.

Penelitian terhadap kecerdasan emosional telah dilakukan selama bertahun-tahun, baik oleh ahli yang sejak semula telah berusaha memasukkan kecerdasan ke dalam emosi seperti **Howard Gardner** dan **Peter Saloney**, maupun oleh ahli yang berpegang teguh pada *IQ (Intelligence Quotient)* yang melihat “emosi” dan “kecerdasan” sebagai istilah yang kontradiksi secara *intern*.

Pada tahun 1983 **Howard Gardner** menerbitkan sebuah buku yang amat berpengaruh *Frames of Mind*, sebagai manifestasi penolakan terhadap pandangan IQ. Buku tersebut menyatakan bahwa bukan hanya satu jenis kecerdasan yang monolitik yang penting untuk meraih sukses dalam kehidupan, melainkan ada spektrum kecerdasan yang lebar, dengan tujuh varietas utama. Daftarnya mencakup dua jenis kecerdasan akademis baku, kecakapan verbal, matematika-logika, kemampuan pemahaman ruang, jenius kinestetik dan bakat musik. Menanggapi daftar itu ada dua segi yang disebut Gardner kecerdasan pribadi dan kemampuan intrapsikis. Kata kunci dalam pandangan kecerdasan ini adalah kegandaan (*multiple*) yang jauh melampaui konsep baku IQ sebagai faktor tunggal yang tidak dapat dirubah.

Setelah menerbitkan teorinya pertama, **Gardner (dalam Goleman, 2004)** memberikan ringkasan pendek tentang kecerdasan pribadi sebagai berikut:

1. Kecerdasan *antarpribadi* adalah kemampuan untuk memahami orang lain, apa yang memotivasi mereka, bagaimana bekerja bahu membahu dengan mereka. Tenaga-tenaga penjualan yang sukses, politisi, guru, dokter dan pemimpin keagamaan semuanya cenderung orang-orang yang mempunyai tingkat kecerdasan antarpribadi yang tinggi.
2. Kecerdasan *intrapribadi* adalah kemampuan yang korelatif, tetapi terarah ke dalam diri. Kemampuan tersebut adalah kemampuan membentuk suatu model diri sendiri yang teliti dan mengacu pada diri serta kemampuan untuk menggunakan model tadi sebagai alat untuk menempuh kehidupan secara efektif.

Dimensi kecerdasan pribadi yang dirujuk **Howard Gardner** dengan luas itu kurang menjelajahi peran emosi. Alasannya, karena model karya Gardner tersebut merupakan model sains-kognitif. Dengan begitu, hal yang ditekankan dalam karyanya adalah kognisi, yang berarti pemahaman seseorang dan orang lain dalam hal motif, kebiasaan kerja dan menempatkan pemahaman itu untuk dimanfaatkan dalam menghadapi hidup dan pergaulan dengan orang lain. Gardner dan rekan-rekannya tidak mengejar peran perasaan dalam kecerdasan ini secara lebih mendetail. Fokus mereka lebih pada pemahaman tentang perasaan. Fokus tersebut dengan tidak sengaja telah menyebabkan terbukanya lautan emosi yang membuat hubungan-hubungan begitu kompleks belum terjelajahi secara maksimal.

Hal ini akhirnya membuka kemungkinan untuk menjajaki makna dimana kecerdasan berada dalam emosi maupun makna dimana kecerdasan dapat dibawa kedalam emosi. Penekanan Gardner pada unsur-unsur kognitif dalam kecerdasan

pribadi tersebut mencerminkan semangat zaman psikologi yang telah membentuk pandangan-pandangannya. Berlebihannya penekanan psikologi terhadap kognisi bahkan dalam wilayah emosi sebahagian disebabkan oleh kebiasaan khusus dalam sejarah ilmu psikologi.

Selama pada dasawarsa pertengahan abad ini, psikologi dikalangan akademik dikuasai oleh ahli-ahli perilaku yang dimotori oleh **B.F. Skinner**, yang merasa bahwa hanya perilakulah yang dapat ditinjau secara objektif dengan ketelitian ilmiah. Sedangkan semua kehidupan batin, termasuk emosi berada di luar batas-batas ilmu.

Kemudian, dengan munculnya “revolusi kognitif” pada akhir tahun 1960-an, fokus ilmu psikologi berbelok ke arah bagaimana pikiran mendata dan menyimpan informasi serta sifat-sifat kecerdasan. Namun, para ilmuwan kognitif masih tetap menganggap bahwa kecerdasan memerlukan pemrosesan fakta dengan cerdas dan tanpa mengikutsertakan perasaan. Pola pikir ini mewujudkan gagasan bahwa emosi tidak mendapat tempat dalam kecerdasan dan bahwa emosi hanya mengaburkan gambaran tentang kehidupan mental.

Para ilmuwan kognitif tidak mengakui bahwa rasionalitas itu bisa dipandu bahkan dikuasai oleh perasaan. Pandangan mereka tentang pikiran menjadi begitu sempit. Mereka gagal menjelaskan gelora dan gejolak perasaan yang menjadi bumbu intelektualitas. Pandangan ilmiah yang berat sebelah tentang kehidupan mental dan steril dari aspek emosional itu telah menjadi pedoman penelitian mengenai kecerdasan selama delapan puluh tahun. Lambat-laun pandangan ini berubah, perubahan tersebut terjadi saat psikologi mulai mengakui peran penting

perasaan dalam pemikiran. Psikologi kemudian mulai menghargai kekuatan dan daya emosi dalam kehidupan mental, juga bahaya-bahayanya.

Dengan meningkatnya jumlah ahli di bidang psikologi, semakin banyak kesimpulan yang menyepakati bahwa konsep lama tentang IQ yang berkisar pada kecakapan linguistik dan matematika yang sempit dan bahwa angka tinggi pada IQ hanya meramalkan kesuksesan di kelas atau sebagai profesor, tetapi semakin lama semakin melenceng seiring dengan jalur kehidupan yang berbeda dari dunia akademik. Kesimpulan ini mendorong para ahli tersebut untuk menemukan apa yang dibutuhkan oleh manusia untuk meraih sukses dalam kehidupannya, hal ini menuntun kembali pada pemahaman pentingnya aspek kecerdasan lain yaitu kecerdasan emosional.

2.2.5 Pengertian Kecerdasan Emosional

Para pakar psikologi telah berusaha mendefinisikan kecerdasan emosional, namun belum terdapat rumusan yang tegas tentang hal-hal tersebut. Berikut ini dapat ditinjau beberapa penjelasan dari pandangan para ahli tentang kecerdasan emosional:

Salovey & Mayer (dalam Shapiro, 1997) memberikan definisi tentang kecerdasan emosional sebagai himpunan bagian dari kecerdasan emosi yang melibatkan kemampuan dalam memantau perasaan dan emosi, baik pada diri sendiri maupun pada orang lain dan kemudian menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan.

Patton (1998) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai suatu kemampuan untuk menggunakan emosi secara efektif dalam mencapai suatu tujuan.

Cooper & Sawaf (1998) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai suatu kemampuan untuk mengindera, memahami dan secara efektif menerapkan kekuatan dan ketajaman emosi sebagai sumber energi, informasi, koneksi dan pengaruh yang manusiawi.

Daniel Goleman (2004) mendefinisikan kecerdasan emosional dengan kemampuan mengenali perasaan diri kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungannya dengan orang lain. Kecerdasan emosional menuntut diri untuk belajar mengakui, menghargai perasaan pada diri dan orang lain serta menanggapi dengan tepat, menerapkan secara efektif energi emosi dalam kehidupan sehari-hari sehingga memberikan pemahaman yang lebih mendalam dan lebih utuh tentang diri sendiri dan orang lain.

Mengacu kepada definisi-definisi kecerdasan emosional diatas, maka dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional itu adalah jenis kecerdasan yang fokusnya memahami, mengenali, merasakan, mengelola dan memimpin perasaan diri sendiri dan orang lain serta mengaplikasikannya dalam kehidupan pribadi dan sosial; kecerdasan dalam memahami, mengenali, meningkatkan, mengelola dan memimpin motivasi diri sendiri dan orang lain untuk mengoptimalkan fungsi energi, informasi, hubungan dan pengaruh bagi pencapaian-pencapaian tujuan yang dikehendaki dan ditetapkan.

2.2.6 Esensi Kecerdasan Emosional

Selain otak rasional, manusia juga memiliki otak emosional dan otak spritual. Otak manusia adalah massa protoplasma yang paling kompleks yang pernah dikenal di semesta ini. Inilah satu-satunya organ yang sangat berkembang sehingga ia dapat mempelajari dirinya sendiri (**Bobbi DePorter dalam Agus Efendi, 2005**). Temuan-temuan ilmiah tentang otak kecerdasan tersebut sangat berimplikasi besar, bukan saja pada cara berpikir dan bersikap tapi juga pada bagaimana manusia bertindak dan berperilaku dengan pemahaman, siap, pola dan sistem pengelolaan tertentu.

Daniel Goleman (2004) berpendapat bahwa dalam arti yang sesungguhnya, individu memiliki dua pikiran, satu yang berpikir dan satu yang merasa. Kedua cara pemahaman yang secara fundamental berbeda ini bersifat saling mempengaruhi dalam membentuk kehidupan mental manusia. Pikiran rasional, yakni model pemahaman yang lazimnya disadari, lebih menonjol kesadarannya, bijaksana, mampu bertindak hati-hati dan merefleksi. Tetapi, bersamaan dengan itu ada sistem pemahaman lain yang impulsif dan berpengaruh besar dan kadang-kadang bisa tidak logis, yaitu pikiran emosional.

Keberhasilan individu dalam kehidupan tidak hanya ditentukan oleh kecerdasan rasional, tetapi kecerdasan emosional lah yang memegang peranan. **Dr. Antonio Damasio (dalam Goleman, 2004)** mengatakan bahwa otak emosional sama terlibatnya dalam pemikiran, seperti halnya keterlibatan otak nalar. Intelektualitas tidak dapat bekerja dengan sebaik-baiknya tanpa kecerdasan emosional. Sifat saling melengkapi antara sistem limbik dengan neokorteks dan

amingdala dengan lobus-lobus frontal merupakan pasangan penuh dalam kehidupan mental. Apabila pasangan-pasangan ini berinteraksi dengan baik, kecerdasan emosional akan bertambah demikian juga kemampuan intelektual.

Otak Emosional

Di dalam otak manusia ada yang disebut dengan hippocampus dan amingdala. Selama periode awal kehidupan, struktur-struktur otak, terutama hippocampus yang sangat penting bagi ingatan naratif dan neokorteks sebagai tempat kedudukan pikiran rasional belum berkembang sepenuhnya. Di otak, amingdala terletak di ujung lain bagian neokorteks, yaitu di lobus-lobus prefrontal tepat di balik dahi. Wilayah prefrontal inilah yang mengatur reaksi emosional kita sejak awal.

Mengacu pada penelitian **Joseph LeDoux** dan ahli-ahli saraf yang lainnya, hippocampus lah yang mengenali perbedaan makna. Oleh karena itu, hippocampus dapat mengingat fakta-fakta mentah, sedangkan amingdala menyisipkan nuansa emosional yang melekat pada fakta-fakta itu. Contohnya, jika kita mencoba menyalip sebuah mobil di jalan raya pada jalur dua arah dan hampir mengalami tabrakan langsung, maka hippocampus lah yang menyimpan rincian peristiwa tersebut, seperti penggal jalan yang kita lewati, siapa yang bersama kita atau seperti apakah bentuk mobil lain yang berada di jalan tersebut. Sedangkan, amingdala yang kemudian terus-menerus akan mengirim gelombang kecemasan kepada kita kapan saja kita mencoba menyalip sebuah mobil dalam keadaan serupa.

Semakin besar intensitas perangsangan amingdala, semakin kuat bekas ingatannya. Pengalaman paling menyakitkan atau mengerikan dalam hidup seseorang merupakan ingatan-ingatan yang paling sulit dihapus. Dengan kata lain, berarti otak mempunyai dua sistem ingatan, satu untuk kejadian biasa dan satu lagi untuk kejadian-kejadian yang penuh muatan emosi. Dalam ingatan, amingdala dan hippocampus bekerja bersama-sama. Masing-masing menyimpan dan memunculkan kembali informasi khusus miliknya secara mandiri. Bila hippocampus memunculkan kembali informasi, amingdala menentukan apakah informasi itu mempunyai nilai emosi tertentu.

Namun demikian, emosi juga bisa melakukan kekeliruan. Kekeliruan emosional itu didasari pada sikap mendahulukan perasaan sebelum emosi. **LeDoux (dalam Goleman, 2004)** menyebutnya dengan “emosi prakognitif”, yaitu suatu reaksi berdasarkan pada potongan-potongan saraf dan informasi indera yang belum sepenuhnya dipilah dan disatukan menjadi objek yang dapat dikenali. Informasi seperti itu merupakan informasi yang masih mentah. Dengan kata lain, kesalahan emosional itu bisa terjadi pada saat emosi menguasai diri individu. Karena amingdala dapat bereaksi dalam bentuk amarah atau rasa takut yang hebat sebelum korteks mengetahui apa yang terjadi. Hal ini juga disebabkan karena emosi mentah semacam itu terpicu secara terpisah dan lebih dahulu muncul daripada nalar.

Bila emosi mengalahkan konsentrasi, maka yang dilumpuhkan adalah kemampuan mental yang oleh ilmuwan kognitif disebut “ingatan kerja”, yaitu kemampuan untuk menyimpan dalam benak semua informasi yang relevan

dengan tugas yang sedang dihadapi. Korteks prefrontal menjalankan ingatan kerja dan merupakan letak perjumpaan antara perasaan dan emosi. Bila sirkuit limbik yang bermuara di korteks prefrontal dikuasai beban emosional, maka salah satu kerugiannya adalah berkurangnya keefektifan ingatan kerja, dimana individu tidak mampu berpikir jernih.

Pikiran Emosional

Pikiran emosional dan pikiran rasional kurang lebih sama dengan istilah awam antara hati dan kepala. Kedua pikiran tersebut yang emosional dan yang rasional pada umumnya bekerja dalam keselarasan yang erat, saling melengkapi cara-cara mereka yang amat berbeda dalam mencapai pemahaman guna mengarahkan individu menjalankan kehidupan duniawi. Biasanya ada keseimbangan antara pikiran emosional dan pikiran rasional, emosi memberi masukan dan informasi kepada proses pikiran rasional dan pikiran rasional memperbaiki dan terkadang memveto masukan-masukan emosi tersebut. Namun, pikiran emosional dan rasional merupakan kemampuan-kemampuan yang semi mandiri, masing-masing mencerminkan kerja jaringan sirkuit yang berbeda namun saling terkait di dalam otak.

Di dalam banyak atau sebahagian besar peristiwa, pikiran-pikiran ini terkoordinasi secara istimewa. Perasaan sangat penting bagi pikiran dan pikiran sangat penting bagi perasaan. Tetapi bila muncul nafsu, keseimbangan itu goyah, pikiran emosional-lah yang menang serta menguasai pikiran rasional

Menurut **Goleman (2004)** ada beberapa ciri pikiran emosional sebagai mana akan dijelaskan dibawah ini:

1. Respon pikiran emosional jauh lebih cepat dari pikiran rasional

Kecepatan pikiran emosional itu mengesampingkan pemikiran hati-hati dan analitis yang merupakan ciri khas akal yang berfikir (*thinking mind*). Pikiran emosional itu langsung melompat dalam bertindak, tanpa sekejappun mempertimbangkan apa yang dilakukannya. Penilaian akan perlunya bertindak ini harus otomatis, begitu cepat, sehingga tak pernah memasuki pikiran sadar.

Jenis respons emosional yang cepat tetapi belum diolah ini muncul sebelum individu betul-betul memahami apa yang terjadi. Pola persepsi yang cepat ini mengandalkan kesan-kesan pertama, bereaksi terhadap gambaran kasar atau sisi-sisi yang paling menonjol. Cara itu menelan segala-galanya secara mentah, langsung dan sekaligus, bereaksi tanpa meluangkan waktu untuk menganalisis terlebih dahulu. Namun demikian, keunggulan pikiran emosional adalah dapat membaca realitas emosi dalam sekejap. Misalnya, ia marah padaku; ia berdusta; itu akan membuatnya sedih. Pikiran emosional juga dapat membuat penilaian singkat secara naluriah, sehingga bisa menunjukkan apa yang perlu dicurigai, siapa yang harus dipercaya, siapa yang harus menderita. Dengan begitu, pikiran emosional dapat menjadi radar terhadap bahaya (*radar for danger*).

2. Emosi itu mendahului pikiran.

Secara teknis memuncaknya emosi itu berlangsung sangat singkat, hanya hitungan detik bukan dalam hitungan menit, jam atau hari. Dorongan pertama dalam situasi emosional adalah dorongan hati, bukan

dorongan kepala. Alasannya, karena pikiran rasional membutuhkan waktu sedikit lebih lama untuk mendata dan menanggapi daripada waktu yang dibutuhkan oleh pikiran emosional. Namun, ada juga jenis reaksi emosional jenis kedua yang lebih lamban daripada respon cepat yang digodok dan diolah terlebih dahulu dalam pikiran sebelum mengalir ke perasaan. Emosi ini sifatnya lebih disengaja dan biasanya kita cukup sadar akan gagasan-gagasan yang menimbulkannya. Dalam reaksi emosional jenis ini, ada suatu pemahaman yang lebih luas. Pikiran atau kognisi kita memainkan peran kunci dalam menentukan emosi-emosi apa yang akan dicetuskan.

Sebaliknya, dalam urusan respon cepat, perasaan agaknya mendahului atau berjalan serempak dengan pikiran. Reaksi emosional gerak cepat ini lebih menonjol dalam situasi-situasi mendesak yang mendahulukan tindakan penyelamatan diri. Inilah keuntungan dari keputusan-keputusan cepat semacam itu. Keputusan itu, menyiapkan kita dalam sekejap untuk siap siaga menghadapi keadaan darurat. Selanjutnya, selain ada jalur cepat dan jalur lambat menuju emosi, yang satu melalui persepsi dan yang lain melalui pemikiran reflektif, ada juga emosi-emosi yang dapat diundang. Dalam hal ini adalah perasaan yang dicetuskan, seperti air mata yang dapat menetes apabila disengaja dengan mengenang saat-saat yang sangat menyedihkan. Itulah yang disebut dengan perasaan melalui pemikiran.

3. Logika emosional itu bersifat asosiatif.

Perumpamaan, kiasan, dan gambaran secara langsung ditujukan kepada pikiran emosional karena dapat menyentuh hati dengan bahasa emosi. Demikian juga karya seni seperti novel, film, puisi, nyanyian, teater, dan opera.

4. Memposisikan masa lampau sebagai masa sekarang.

Akal emosional bereaksi terhadap keadaan sekarang seolah-olah keadaan itu adalah masa lampau. Kesulitannya apabila penilaian itu cepat dan otomatis. Sebahagian besar realitas emosional ditentukan oleh keadaan. Akal emosional, sebahagian besar bekerja dengan ditentukan oleh keadaan, didiktekan oleh perasaan tertentu yang sedang menonjol pada saat itu. Bagaimana kita berpikir dan bertindak sewaktu kita merasa romantis akan betul-betul berbeda dengan bagaimana kita berperilaku jika kita sedang marah atau ditolak. Dalam mekanika emosi, setiap perasaan mempunyai repertoar pikiran, reaksi, bahkan ingatannya sendiri-sendiri. Repertoar yang ditentukan oleh keadaan menjadi paling menonjol dalam momen-momen dengan intensitas emosi yang tinggi.

2.2.7 Inti Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional adalah jenis kecerdasan yang mencakup pengendalian diri, semangat dan ketekunan serta kemampuan untuk memotivasi diri sendiri. Keterampilan-keterampilan ini bisa diajarkan. Perlunya kecerdasan emosional bertumpu pada hubungan antara perasaan, watak, naluri dan moral. Semakin banyak bukti, bahwa sikap etik dasar dalam kehidupan berasal dari

kemampuan emosional yang melandasinya. Karena dorongan hati merupakan medium emosi. Benih semua dorongan adalah perasaan, dan perasaanlah yang memunculkan diri dalam bentuk tindakan.

Goleman (2004) mengatakan bahwa inti dari kecerdasan emosional adalah pengenalan atau kesadaran diri, yaitu kesadaran akan perasaan diri sendiri sewaktu perasaan itu timbul. Kesadaran diri bukanlah perhatian yang larut dalam emosi, bereaksi secara berlebihan dan melebih-lebihkan apa yang diserap. Kesadaran diri lebih merupakan modus netral yang mempertahankan refleksi diri bahkan di tengah badai emosi.

Menurut **John Mayer (dalam Goleman, 2004)** kesadaran diri berarti waspada terhadap suasana hati maupun pikiran kita tentang suasana hati. Kesadaran diri mempunyai pengaruh yang lebih besar akan perasaan yang bersifat menentang dan kuat, menawarkan derajat kebebasan yang lebih tinggi dan bukan sekedar pilihan untuk bertindak melainkan pilihan tambahan untuk mencoba melepaskan perasaan itu. Kesadaran akan diri merupakan kecakapan emosional dasar yang melandasi terbentuknya kecakapan-kecakapan lain, misalnya kendali diri akan emosi. Individu cenderung mempunyai cara yang berbeda dalam menangani dan mengatasi emosi mereka.

Berikut ini gaya khas individu dalam menangani dan mengatasi emosi mereka tersebut:

1. Sadar Diri

Mereka peka akan suasana hati ketika mengalaminya. Kejernihan pikiran mereka tentang emosi melandasi ciri-ciri kepribadiannya, mereka

mandiri dan yakin akan batas-batas yang mereka bangun, jiwanya bagus dan cenderung berpendapat positif akan kehidupan. Bila suasana hatinya sedang jelek, mereka tidak risau dan tidak larut ke dalamnya, dan mereka mampu melepaskan diri dari suasana itu dengan lebih cepat, pendek kata, ketajaman pola pikir mereka menjadi penolong untuk mengatur emosi.

2. Tenggelam dalam permasalahan

Mereka adalah orang-orang yang seringkali merasa dikuasai oleh emosi dan tidak berdaya untuk melepaskan diri, seolah-olah suasana hati mereka telah mengambil alih kekuasaan, mereka mudah marah dan tidak peka akan perasaannya, sehingga larut dalam perasaan-perasaan itu dan bukannya mencari perspektif baru. Akibatnya, mereka kurang berupaya melepaskan diri dari suasana hati yang jelek, merasa tidak mempunyai kendali atas kehidupan emosional mereka. Seringkali mereka merasa kalah dan secara emosional lepas kendali.

3. Pasrah

Meskipun seringkali orang-orang ini peka akan apa yang mereka rasakan, mereka juga cenderung menerima begitu saja suasana hati mereka, sehingga tidak berusaha untuk mengubahnya. Kelihatannya ada dua cabang jenis pasrah ini, yaitu mereka yang terbiasa dalam suasana hati yang menyenangkan dan dengan demikian motivasi untuk mengubahnya rendah. Yang kedua adalah orang-orang yang kendati peka akan perasaannya, rawan terhadap suasana hati yang jelek tapi menerimanya

dengan sikap tidak hirau, tak melakukan apapun untuk mengubahnya meski tertekan.

2.2.8 Komponen-komponen Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional bukan merupakan lawan kecerdasan intelektual yang bisa dikenal dengan IQ, namun keduanya berinteraksi secara dinamis. Pada kenyataannya perlu diakui bahwa kecerdasan emosional memiliki peran yang sangat penting untuk mencapai kesuksesan di sekolah, tempat kerja dan dalam berkomunikasi di lingkungan masyarakat.

Goleman (2004) mengungkapkan lima komponen kecerdasan emosional yang dapat menjadi pedoman bagi individu untuk mencapai kesuksesan dalam kehidupan sehari-hari, yaitu:

1. Kesadaran diri

Kesadaran diri dalam mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi merupakan dasar kecerdasan emosional. Pada tahap ini diperlukan adanya pemantauan perasaan dari waktu ke waktu agar timbul wawasan psikologi dan pemahaman tentang diri. Ketidakmampuan untuk mencermati perasaan yang sesungguhnya membuat diri berada dalam kekuasaan perasaan. Sehingga tidak peka akan perasaan yang sesungguhnya yang berakibat buruk bagi pengambilan keputusan masalah.

2. Kendali diri

Kendali diri merupakan kemampuan dalam mengelola emosi berarti menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan tepat, hal ini merupakan kecakapan yang sangat bergantung pada kesadaran diri.

Emosi dikatakan berhasil dikelola apabila mampu menghibur diri ketika ditimpa kesedihan, dapat melepas kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan bangkit kembali dengan cepat dari semua itu. Sebaliknya orang yang buruk kemampuannya dalam mengelola emosi tidak akan dapat mengendalikan diri dan terus menerus bertarung melawan perasaan murung atau melarikan diri pada hal-hal negatif yang merugikan dirinya sendiri.

3. Motivasi diri

Kemampuan seseorang dalam memotivasi diri dapat ditelusuri melalui hal-hal sebagai berikut :

- a. Cara mengendalikan dorongan hati
- b. Derajat kecemasan yang berpengaruh terhadap unjuk kerja seseorang
- c. Kekuatan berfikir positif
- d. Optimisme
- e. Keadaan *flow* (mengikuti aliran), yaitu keadaan ketika perhatian seseorang sepenuhnya tercurah ke dalam apa yang sedang terjadi, pekerjaannya hanya terfokus pada satu objek.

Dengan kemampuan memotivasi diri yang dimilikinya maka seseorang akan cenderung memiliki pandangan yang positif dalam menilai segala sesuatu yang terjadi dalam dirinya.

4. Empati

Empati atau mengenal emosi orang lain dibangun berdasarkan pada kesadaran diri. Jika seseorang terbuka pada emosi sendiri, maka dapat dipastikan bahwa ia akan terampil membaca perasaan orang lain. Sebaliknya orang yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan emosinya sendiri dapat dipastikan tidak akan mampu menghormati perasaan orang lain.

5. Membina hubungan

Seni dalam membina hubungan dengan orang lain merupakan keterampilan sosial yang mendukung keberhasilan dalam pergaulan dengan orang lain. Tanpa memiliki keterampilan seseorang akan mengalami kesulitan dalam pergaulan sosial. Sesungguhnya karena tidak dimilikinya keterampilan-keterampilan semacam inilah yang menyebabkan seseorang seringkali dianggap angkuh, mengganggu atau tidak berperasaan.

2.2.9 Kecerdasan Emosional dan Seni Sosial

Keterampilan berhubungan dengan orang lain merupakan kecakapan sosial yang mendukung keberhasilan dalam pergaulan dengan sesama. Tidak dimilikinya kecakapan ini akan membawa pada ketidakcakapan dalam dunia sosial. Kemampuan sosial ini memungkinkan individu untuk membentuk hubungan, menggerakkan dan mengilhami individu-individu lain, membina kedekatan hubungan, meyakinkan dan mempengaruhi serta membuat individu lain merasa nyaman.

Koordinasi suasana Hati adalah inti dari hubungan sosial yang baik. Apabila individu pandai menyesuaikan diri dengan suasana hati individu yang lain atau dapat berempati, individu tersebut akan memiliki tingkat emosionalitas yang baik dan akan lebih mudah menyesuaikan diri dalam pergaulan sosial serta lingkungannya. Kecerdasan emosional adalah kemampuan yang dimiliki individu dalam memotivasi diri, ketahanan dalam menghadapi kegagalan, mengendalikan emosi dan menunda kepuasan serta mengatur keadaan jiwa. Dengan kecerdasan emosional tersebut individu dapat menempatkan emosinya pada porsi yang tepat, memilah kepuasan dan mengatur suasana hati.

Kecerdasan emosional seperti kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati, berempati dan berdoa dapat membuat individu terampil dalam menjalin hubungan dengan orang lain dengan cukup lancar, peka membaca reaksi dan perasaan mereka, mampu memimpin dan mengorganisir serta pintar menangani perselisihan yang muncul dalam setiap kegiatan manusia (**Goleman, 2004**).

Individu-individu yang terampil dalam kecerdasan sosial dapat menjalin hubungan dengan orang lain dengan cukup lancar, peka membaca reaksi dan perasaan mereka, mampu memimpin dan mengorganisir, pintar menangani perselisihan yang muncul dalam setiap kegiatan manusia. Kemampuan-kemampuan ini dibangun di atas kecerdasan-kecerdasan emosional. Individu yang dapat mengesankan dalam pergaulan sosial, berarti cakap memantau ungkapan emosi mereka sendiri, selalu berupaya menyesuaikan diri terhadap bagaimana

individu lain bereaksi. Dengan begitu, ia mampu terus-menerus menyesuaikan kemampuan sosialnya dengan sangat akurat. Namun, seandainya kemampuan-kemampuan sosial ini tidak diimbangi dengan kepekaan perasaan terhadap kebutuhan dan perasaan sendiri serta bagaimana cara memenuhinya, maka kemampuan itu dapat menjurus pada sukses sosial yang tidak ada artinya, yaitu popularitas yang menang dengan mengorbankan kepuasan sejati diri (**Goleman, 2004**).

2.3 Konsep Diri

2.3.1 Pengertian Konsep Diri

Suatu tingkah laku biasanya beranjak dari suatu pola, organisasi dan integrasi tertentu dalam mencapai tujuan. Hal yang melakukan fungsi organisasi, integrasi dari tingkah laku ini adalah konsep diri. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa konsep diri ini merupakan sentral dari kepribadian manusia. Konsep diri ini terbentuk dari adanya kemampuan manusia untuk mengambil jarak dan menempatkan diri sebagai objek bagi dirinya sendiri.

Konsep diri ini mempunyai pengertian yang sangat luas, sehingga sulit untuk membuat satu dedinisi yang lengkap dan khusus. Namun sebagai gambaran secara umum ada beberapa definisi tentang konsep diri dari beberapa ahli.

Raimy (dalam Burns, 1993) mendefinisikan konsep diri sebagai suatu sistem persepsi yang dipelajari yang berfungsi sebagai suatu objek didalam lapangan persepsi.

Snygg & Combs (dalam Burns, 1993) memberikan definisi konsep diri sebagai sebuah organisasi yang stabil dan berkarakter yang disusun dari persepsi-

persepsi yang tampaknya bagi individu yang bersangkutan sebagai hal yang mendasar baginya.

Jersild (dalam Burns, 1993) mengartikan konsep diri sebagai perpaduan pikiran, perasaan, usaha, harapan dan pandangan tentang dirinya dimasa lalu, saat ini dan yang akan datang, serta sikap-sikap yang menyangkut harga diri dirinya.

Fitts (1971) mendefinisikan konsep diri sebagai keseluruhan kesadaran atau persepsi mengenai diri sebagai yang diobservasi, dialami dan dinilai oleh dirinya sendiri.

William Brooks (dalam Alex Sobur, 2003) menyatakan bahwa konsep diri adalah hasil langsung dari cara orang lain bereaksi secara berarti kepada individu.

Dari definisi yang dikemukakan diatas dapat disimpulkan bahwa konsep diri merupakan persepsi individu terhadap dirinya sendiri, yang meliputi gambaran, penilaian dan keyakinan terhadap dirinya sendiri secara menyeluruh, yang didalamnya juga terdapat evaluasi dan emosi mengenai diri. Setiap individu akan mempunyai penilaian yang berbeda-beda tentang gambaran dan persepsi dirinya.

2.3.2 Konsep Diri Sebagai Sikap Diri

Setiap individu memiliki rincian pendapat yang bervariasi tentang dirinya, hal ini sesuai dengan konsep yang dijelaskan oleh **Fitts (1971)** bahwa konsep diri merupakan keseluruhan kesadaran atau persepsi mengenai diri sebagai yang diobservasi, dialami, dan dinilai oleh dirinya sendiri. Bagaimana cara seseorang

dalam mempersepsi dirinya akan berbeda dengan cara orang lain mempersepsi diri mereka.

Munculnya berbagai variasi pada tiap individu dalam memandang dirinya adalah sebagai akibat dari masing-masing individu memiliki persepsi yang berbeda tentang dirinya, maka untuk memahami seorang individu adalah tidak perlu untuk mengetahui secara tepat rincian gambaran diri dari masing-masing individu itu, sebab muatan emosional atau nilai penghargaan terhadap diri akan lebih banyak pengaruhnya terhadap munculnya perbedaan-perbedaan individu dalam bertindak laku. Dengan kata lain bagaimana cara individu merasakan tentang dirinya yang akan mewarnai persepsinya terhadap dunia fenomenologisnya.

Burns (1993) membagi 4 komponen penting dari konsep diri sebagai pembentuk dari sikap terhadap diri sendiri, yaitu :

1. Suatu keyakinan, atau pengetahuan atau komponen kognitif
2. Suatu komponen afektif atau emosional
3. Suatu evaluasi
4. Suatu kecenderungan untuk memberi respon

Keyakinan pengetahuan atau komponen kognitif dari suatu sikap mewakili sebuah proporsi mengenai suatu objek dengan tidak memandang apakah pengetahuan tersebut benar atau salah, didasarkan atas bukti yang objektif maupun opini yang subjektif. Karena itu komponen keyakinan dari konsep diri merupakan cara yang hampir tidak ada batasnya sebab masing-masing individu akan mempersepsikan dirinya sendiri.

Dengan demikian di dalam konsep diri terdapat beberapa sifat khas yang berbeda dengan sifat dari sikap terhadap objek lainnya, yaitu :

1. Tidak adanya referensi yang berlaku sama, tiap individu akan memiliki sikap terhadap diri yang unik, karena objeknya juga berlainan (diri sendiri)
2. Tiap orang termotivasi untuk memiliki sikap yang sama terhadap diri yaitu sikap yang positif.

2.3.3 Dimensi-dimensi Konsep Diri dari William Fitts

Fitts menganggap diri sebagai suatu objek sekaligus juga sebagai suatu proses, dimana diri melakukan fungsi mempersepsi, mengamati serta menilai. Jadi keseluruhan kesadaran mengenai diri yang diobservasi, dialami serta dinilai adalah konsep diri.

Berdasarkan uraian diatas, maka **Fitts (1971)** membagi konsep diri ke dalam dua dimensi pokok yaitu:

1. Dimensi internal, terdiri dari:
 - a. Diri sebagai objek (*identity self*)
 - b. Diri sebagai pelaku (*behavior self*)
 - c. Diri sebagai pengamat dan penilai (*judging self*)
2. Dimensi eksternal, terdiri dari:
 - a. Diri fisik (*physical self*)
 - b. Diri moral-etik (*moral-ethical self*)
 - c. Diri personal (*personal self*)
 - d. Diri keluarga (*family self*)
 - e. Diri sosial (*social self*)

Kesemua dimensi dan bagian-bagiannya secara dinamis berinteraksi dan berfungsi secara menyeluruh menjadi konsep diri.

2.3.3.1 Diri sebagai objek (*identity self*)

Bagian dimensi internal dari diri yang merupakan identitas diri adalah aspek konsep diri yang paling mendasar. Konsep ini mempertanyakan “Siapakah saya?”, dimana didalamnya tercakup label-label dan simbol-simbol yang diberikan pada diri/*self* oleh individu yang bersangkutan untuk menggambarkan dirinya dan membangun identitasnya. Misalnya, “Saya Budi, saya tidak terlalu pandai”. Elemen-elemen identitas diri akan terus meluas sejalan dengan semakin berkembangnya kemampuan-kemampuan individu, aktifitas, keanggotaan dalam kelompok serta sumber-sumber identifikasi. Semua elemen-elemen identitas diri lebih lanjut akan mempengaruhi cara individu mempersepsikan dunia dan pengalamannya, serta observasi dan penilaian terhadap dirinya sendiri sebagaimana ia berfungsi. Pada kenyataannya, diri sebagai identitas berkaitan erat dengan diri sebagai perilaku. Identitas diri sangat mempengaruhi tingkah laku individu, sebaliknya identitas diri juga dipengaruhi oleh diri sebagai pelaku. Contoh, seseorang tidak dapat menyebutkan dirinya sebagai pelukis jika ia tidak pernah dapat melukis, sebaliknya bagaimana individu tersebut menjalankan fungsinya sebagai pelukis akan mempengaruhi persepsi dirinya sebagai pelukis. Dengan perkataan lain, untuk dapat menjadi sesuatu seringkali individu harus melakukan sesuatu, dan dengan mewakili sesuatu individu seringkali juga harus menjadi sesuatu.

2.3.3.2 Diri sebagai pelaku (*behavior self*)

Bagian ini berisikan segala kesadaran mengenai “apa yang diri lakukan”. Bagaimana ini sangat erat kaitannya dengan diri sebagai identitas. Diri yang adekuat akan menunjukkan adanya keserasian antara diri identitas dengan diri pelakunya, sehingga ia dapat mengenal dan menerima baik dirinya sebagai identitas maupun diri pelaku. Kaitan antara keduanya (diri identitas dan diri pelaku) dapat terlihat pada diri sebagai penilai.

2.3.3.3 Diri sebagai penilai (*judging self*)

Diri sebagai penilai berfungsi sebagai pengobservasi, penentu standar serta pengevaluasi. Kedudukannya adalah sebagai perantara/mediator antara diri identitas dan diri pelaku. Manusia memang cenderung untuk senantiasa melakukan penilaian terhadap apa yang dipersepsikannya. Oleh karena itu label-label yang dikenakan pada dirinya bukanlah semata-mata menggambarkan dirinya, tetapi dibalik itu juga sarat dengan nilai-nilai. Penilaian inilah yang kemudian lebih banyak berperan dalam menentukan tindakan yang akan ditampilkannya. Dari apa yang dikemukakan diatas, jelas bahwa diri penilai menentukan kepuasan seseorang akan dirinya, atau seberapa jauh ia dapat menerima dirinya. Kepuasan diri yang rendah akan menimbulkan harga diri/self esteem yang rendah dan mengembangkan ketidak percayaan yang mendasar kepada diri, sehingga menjadi senantiasa penuh dengan kewaspadaan. Sebaliknya individu yang memiliki kepuasan diri yang tinggi, kesadaran akan dirinya lebih nyata, sehingga lebih memungkinkan individu yang bersangkutan untuk

melupakan dirinya akan lebih memfokuskan energi serta perhatiannya keluar dari diri dan pada akhirnya dapat berfungsi secara lebih konstruktif.

2.3.3.4 Dimensi eksternal dari diri

Sebenarnya bagian dari dimensi eksternal diri merupakan hal yang sangat luas, antara lain yang berkaitan dengan sekolah, atau diri yang berkaitan dengan kondisi mabuk dan sebagainya. Namun yang dikemukakan oleh **Fitts** adalah bagian dimensi eksternal yang bersifat umum bagi semua orang. Bagian-bagian dimensi eksternal itu adalah, diri fisik, diri moral-etik, diri personal, diri keluarga dan diri sosial.

2.3.3.5 Hubungan Antar Dimensi Dalam Diri

Hubungan antar dimensi internal dan eksternal, dapat dijelaskan dengan menggunakan analogi. Kita misalkan total diri keseluruhan adalah sebuah jeruk. Jeruk tersebut dapat kita bagi horizontal maupun vertical, maka setiap potongan jeruk akan mengandung bagian dari potongan jenis lain. Jadi setiap bagian dari dimensi internal akan mengandung bagian-bagian dari dimensi eksternal, demikian pula sebaliknya.

Bagaimana interaksi yang terjadi di dalam bagian-bagian dan antar bagian, berkaitan erat dengan integrasi serta efektivitas keberfungsian diri secara keseluruhan. Individu yang berintegrasi dengan baik, akan menunjukkan derajat konsistensi interaksi yang tinggi, baik antar maupun didalam bagian-bagiannya.

Beberapa sub variabel yang terdapat dalam konsep diri menurut **W. Fitts (1971)**:

1. Aspek Kritik Diri

Menggambarkan sikap keterbukaan diri dalam menggambarkan diri pribadi. Diukur dengan menggunakan pertanyaan-pertanyaan yang bersifat merendahkan dan kurang menyenangkan mengenai diri, tetapi dinyatakan secara halus sehingga pada umumnya individu akan mau mengakui sebagai suatu kebenaran bagi dirinya. Derajat keterbukaan diri yang terlalu rendah menunjukkan sikap defensif individu. Individu yang normal memiliki derajat kritik diri yang tinggi, namun derajat yang terlalu tinggi (diatas 99%) justru menunjukkan individu yang kurang defensif dan kemungkinan memiliki kelainan psikologis.

2. Aspek Variabilitas

Menggambarkan derajat integritas dan konsistensi persepsi orang tentang dirinya dari satu area ke area lainnya. Derajat Variabilitas tinggi menunjukkan diri yang terintegrasi, sedangkan derajat variabilitas yang terlalu rendah menunjukkan adanya kekakuan pada diri seseorang.

3. Aspek Distribusi

Menggambarkan keyakinan diri atau kemantapan seseorang dalam menilai dirinya. Derajat distribusi yang tinggi menunjukkan rasa pasti seseorang dalam menilai dirinya, sedangkan derajat distribusi yang rendah menunjukkan keraguan terhadap diri atau keaburan dalam mengenali diri.

2.3.4 Perkembangan Konsep Diri

Konsep diri tidak begitu saja ada dalam diri individu. Konsep diri berkembang secara perlahan melalui proses yang panjang, sejak usia dini. Menurut **Loudon & Britta (dalam Fauziah Anwar, 1997)** secara umum perkembangan konsep diri bisa dilihat dari beberapa sudut pandang, yaitu:

a. Self Appraisal

Pendekatan ini mengemukakan bahwa konsep diri terbentuk dari bagaimana individu memandang dirinya sendiri. Konsep diri berkembang berdasarkan pola-pola perilaku yang paling dominan.

b. Reflected Appraisal

Konsep diri individu terbentuk berdasarkan penilaian yang didapatkan dari luar atau lingkungan sekitarnya.

c. Social Comparison

Pendekatan ini merupakan gabungan dari dua buah pandangan yang menyatakan bahwa konsep diri terbentuk dari apa yang dirasakan mengenai dirinya sendiri dengan apa yang dinilai oleh orang lain terhadap dirinya.

d. Blased Scanning

Konsep diri terbentuk melalui proses pencarian, legalitas dari lingkungan terhadap aspirasi yang dimiliki individu.

Brooks (dalam Alex Sobur, 2003) menjelaskan bahwa “pada awal perkembangannya, konsep diri pada anak kecil biasanya lebih netral dibandingkan dengan anak yang sudah dewasa. Namun begitu merasa

lingkungan sekitarnya datang mendekati, ia mulai mengembangkan konsep dirinya”.

Penemuan diri dari berbagai bagian tubuhnya, mengenal suaranya sendiri dan pandangan mengenai dirinya di depan cermin, adalah permulaan yang dini dari kesadarannya tentang karakteristik yang dimilikinya, menurut konsep anak. Konsep diri ini dipelihara secara kontinu dalam pengembangan suatu tujuan.

Atas dasar itu, pandangan individu terhadap diri sendiri adalah dasar dari konsep diri. Untuk memperoleh pengertian mengenai diri sendiri tersebut dapat dilakukan melalui “interaksi dengan orang lain”, yang tentunya disertai persepsi dan kesadaran kita tentang cara orang lain tersebut melihat kita dan reaksi mereka terhadap kita.

2.3.5 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri

Jika individu diterima orang lain, dihormati dan disenangi karena keadaan diri individu sendiri, maka individu pun cenderung bersikap menghormati dan menerima dirinya. Sebaliknya, bila individu selalu diremehkan orang lain, disalahkan dan ditolak maka individu tersebut akan cenderung tidak akan menyenangkan dirinya (**Harry Stack Sullivan dalam Alex Sobur, 2003**).

William Brooks (dalam Alex Sobur, 2003) menyebutkan empat faktor yang mempengaruhi perkembangan konsep diri seseorang, yaitu:

1. *Self appraisal-Viewing self as an object*

Istilah ini menunjukkan suatu pandangan, yang menjadikan diri sendiri sebagai objek dalam komunikasi atau dengan kata lain kesan individu terhadap dirinya sendiri.

Dalam hal ini, individu membentuk kesan-kesan tentang dirinya. Individu mengamati perilaku fisik (lahiriah) secara langsung. Apabila individu merasakan ada sesuatu yang tidak disukainya tentang dirinya, maka ia akan berusaha untuk mengubahnya. Jika individu tidak mau mengubah hal tersebut maka inilah awal dari konsep diri yang negatif terhadap dirinya.

2. *Reaction and response of others*

Konsep diri tidak hanya berkembang melalui pandangan individu terhadap dirinya, namun juga berkembang dalam interaksi individu tersebut dengan masyarakat. Oleh sebab itu, konsep diri dipengaruhi oleh reaksi serta respons orang lain terhadap diri individu. Konsep diri adalah hasil langsung dari cara orang lain bereaksi secara berarti kepada individu.

Dengan demikian, apa yang ada pada diri individu dievaluasi oleh orang lain melalui interaksi individu dengan orang tersebut dan pada akhirnya evaluasi mereka mempengaruhi perkembangan konsep diri individu.

3. *Roles you play – Role Taking*

Peran merupakan seperangkat patokan, yang membatasi perilaku yang mesti dilakukan oleh seseorang, yang menduduki suatu posisi. Dalam

hubungan pengaruh peran terhadap konsep diri, adanya aspek peran yang dimainkan individu sedikit banyak akan mempengaruhi konsep diri individu. Dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan peran adalah:

- a. Sekelompok norma dan harapan mengenai tingkah laku seseorang.
- b. Norma dan harapan yang dimiliki oleh orang-orang di lingkungan dekat dengan individu itu.
- c. Norma dan harapan-harapan tersebut memang diketahui dan disadari oleh individu yang bersangkutan.

Lebih banyak peran dimainkan oleh individu dan dianggap positif oleh orang lain maka akan semakin positif konsep diri individu tersebut. Semakin positif konsep diri individu akan semakin positif pula komunikasi individu dengan orang lain.

4. Reference groups

Reference groups atau kelompok rujukan adalah kelompok yang dimana individu menjadi anggota di dalamnya. Jika kelompok ini dianggap penting oleh individu dalam menilai dan bereaksi pada dirinya, maka hal ini akan menjadi kekuatan untuk menentukan konsep diri individu tersebut. Dalam hubungan ini, dari penelitiannya menunjukkan bahwa cara individu menilai dirinya merupakan bagian dari fungsi individu tersebut yang dievaluasi oleh kelompok rujukan.

Semakin banyak kelompok rujukan yang menganggap diri individu positif maka akan semakin positif pula konsep diri individu tersebut. Dari berbagai faktor yang bisa mempengaruhi konsep diri individu untuk

mengerti dirinya sendiri, individu harus bisa mengerti sudut pandangnya sendiri. Sedangkan untuk mengerti orang lain, sedapat mungkin individu harus mengerti sudut pandang orang lain.

2.3.6 Konsep Diri dan Tingkah Laku

Konsep diri merupakan predisposisi untuk bertindak laku. Sikap yang dihasilkan melalui proses persepsi terhadap diri akan memberi pengaruh pada diri seseorang dalam memandang dan menilai dunia sekelilingnya, dan berdasarkan penilaian inilah seseorang akan bertindak laku.

Rogers (dalam Burns, 1993) membedakan konsep diri menjadi dua kutub yang berlawanan satu dengan lainnya, yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif.

a. Konsep Diri Positif

Individu yang memiliki konsep diri positif artinya ia memandang dirinya secara positif. Ia merasa bahwa dirinya berharga, disukai dan diterima. Ia akan menjadi lebih percaya diri dan ini akan membantunya untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan di luar dirinya. Inti dari konsep diri yang positif ini adalah bahwa ia menerima keberadaan dirinya. Dan penerimaan ini lebih mungkin mengarah pada kerendahan hati dan kedermawanan daripada keangkuhan dan keegoisan. Orang dengan konsep diri yang positif dapat memahami dan menerima sejumlah fakta yang bermacam-macam tentang dirinya sendiri.

Ada beberapa karakteristik yang menunjukkan seseorang yang memiliki konsep diri yang positif, yaitu :

1. Mampu menjadi dirinya sendiri
 2. Mampu memenuhi harapan-harapannya sendiri daripada harapan individu lain
 3. Memiliki penerimaan yang lebih besar terhadap orang lain
 4. Memiliki penerimaan yang lebih besar terhadap diri sendiri
 5. Mampu mengarahkan kehidupannya
 6. Lebih terbuka untuk menerima pengalaman-pengalamannya.
- b. Konsep Diri Negatif

Individu yang memiliki konsep diri negatif artinya ia memandang dirinya secara rendah, ditolak dan ia sendiri juga menjadi kurang bisa menerima dirinya. Dalam hubungannya dengan lingkungan sosial di luar diri, individu dengan konsep diri yang negatif akan lebih tergantung dan terpengaruh oleh lingkungan di luar dirinya. Konsistensi tingkah lakunya juga akan menjadi lebih rendah dan sangat bergantung kepada harapan lingkungan di luar dirinya. Jika ketergantungan pada penguatan dari luar diri menjadi lebih besar, maka ia akan menggantungkan evaluasi dirinya kepada orang lain. Hal ini pada akhirnya akan menimbulkan kebutuhan akan pengakuan terhadap keadekuatan diri menjadi semakin besar, karena diri sendiri tidak mampu memberikannya.

Ada beberapa karakteristik yang menunjukkan seseorang yang memiliki konsep diri yang negatif, yaitu :

1. Menjadi sangat sensitif terhadap kritik, karena kritik menjadi penguat bagi perasaan inferiornya.

2. Sikap terlalu mengkritik orang lain sebagai usaha untuk menutupi gambaran diri yang sebenarnya karena dengan demikian berusaha mengarahkan perhatian pada orang lain dan bukan pada dirinya.
3. Kegagalan yang dialaminya akan diproyeksikan pada orang lain sehingga kekurangan diri dapat dihindari.
4. Terlalu berlebihan terhadap pujian yang diberikan kepadanya.
5. Kurang memiliki minat dalam berkompetisi, dan cenderung menjaga jarak dalam lingkungan sosialnya.

2.3.7 Konsep Diri dan Umpan Balik Penilaian Sosial

Hal yang mendasari konsep diri dalam hubungannya dengan reaksi dari lingkungan social adalah bahwa tindakan, sikap seseorang dan kemampuannya untuk menerima informasi dari orang lain dengan kuat dipengaruhi oleh suatu tendensi untuk menciptakan dan memelihara sebuah keadaan kognitif yang konsisten didalam hal evaluasi-evaluasi mengenai dirinya sendiri. Hal ini mengungkapkan bahwa individu dengan konsep diri yang tinggi akan mendapatkan evaluasi positif dari orang lain dengan konsisten dan evaluasi negatif dengan tidak konsisten; individu dengan evaluasi diri yang rendah akan mendapatkan evaluasi negatif dengan konsisten, tetapi evaluasi positif dengan tidak konsisten. Menurut **Gergen (dalam Burns, 1993)**, perbedaan diantara konsep diri dan pendapat orang lain mempengaruhi arti penting dari umpan balik bagi individu itu. Perbedaan yang menonjol dapat mempunyai dua efek yang saling bertentangan. Tekanan dapat meningkat untuk mengubah konsep diri bila perbedaan tadi besar. Kita merasa bahwa kita telah salah menilai diri kita sendiri

dan mencari konfirmasi dari pandangan orang lain. Tetapi dapat terjadi bahwa ketidak-sesuaian penilaian tadi menyatakan bahwa pandangan orang lain itu adalah tidak tepat dan tidak ada gunanya. Disini terlihat bahwa evaluasi yang positif kelihatannya akan lebih cepat dipelajari daripada penilaian yang negatif.

Konsep diri bukan merupakan faktor yang dibawa sejak lahir, melainkan faktor yang dipelajari dan dibentuk dari pengalaman individu dalam berhubungan dengan individu lain. Dalam berinteraksi ini, setiap individu akan menerima tanggapan. Tanggapan yang diberikan dijadikan cermin bagi individu untuk menilai dan memandang dirinya sendiri. Dengan demikian, konsep diri terbentuk karena suatu proses umpan balik dari individu lain (**Calhoun & Acocella dalam Alex Sobur, 2003**).

2.3.8 Perubahan dan Kestabilan Konsep Diri

2.3.8.1 Stabilitas Konsep Diri

Konsep diri mempunyai peranan penting dalam penyesuaian sosial dan personal individu. Penyesuaian sosial yang baik terjadi apabila adanya stabilitas konsep diri yang positif. Tidak mudah bagi seseorang untuk melihat bagaimana melihat keadaan dirinya bila konsep dirinya selalu berfluktuasi. Konsep diri hanya bisa dilihat bila konsep tersebut secara relatif stabil. Dengan demikian individu dapat melihat identitas diri dalam keadaan sebenarnya. Beberapa fluktuasi dan perubahan yang terjadi pada tahun-tahun awal kehidupan merupakan hal normal karena memang konsep dirinya sedang dibentuk.

Sehubungan dengan stabilitas konsep diri, **Fitts (1971)**, menyatakan bahwa seseorang yang memiliki stabilitas konsep diri adalah orang yang

memiliki bagian-bagian diri yang terintegrasi, atau yang disebut *will integrated person* atau *actualized person*. Konsep diri yang stabil akan membawa penerimaan diri dan penyesuaian sosial yang lebih baik. Orang tersebut akan menunjukkan tingkat *self esteem* yang tinggi, mempunyai perasaan aman yang besar, merasa cukup adekuat dan tidak rendah diri. Individu dengan konsep diri yang stabil percaya bahwa ia dapat melihat dirinya seperti orang lain melihatnya dan hanya menunjukkan sedikit kompensasi sebagai sikap defensif.

Sebaliknya orang yang mempunyai konsep diri yang tidak stabil memiliki penyesuaian sosial dan personal yang kurang baik, sehingga ia banyak menggunakan mekanisme pertahanan diri untuk tidak defensif terhadap lingkungannya.

2.3.8.2 Perubahan Konsep Diri

Konsep diri dapat mengalami perubahan sebagaimana dikemukakan oleh **Raimmy (dalam Burns, 1993)** “*Self concept non only influences behavior but it self altered and restructured by behavior and unsatisfied needs*”.

Pandangan ini menunjukkan bahwa konsep diri yang sudah terbentuk bukannya tidak mungkin akan mengalami perubahan. Perubahan konsep diri yang terjadi pada individu bisa terjadi karena adanya interaksi dengan lingkungannya yang dapat diterangkan melalui dua proses yang terlibat di dalamnya, yaitu :

a. Adanya Kesadaran Akan Perubahan

Hubungan individu dengan kultu atau lingkungan disekitarnya mempunyai peranan penting karena pengalaman yang diperolehnya dari interaksi tersebut memungkinkan timbulnya perubahan pada diri individu.

Adanya perubahan yang muncul tergantung dari dua fungsi utama yaitu persepsi individu mengenai perbedaan yang ada antara tuntutan keadaan dengan konsep diri, serta kemampuan individu untuk melihat perbedaan tersebut pada dirinya seperti orang lain melihat individu tersebut.

b. Adanya penerimaan

Adanya suatu penerimaan konsep-konsep baru dalam diri individu sebagai akibat dari adanya perbedaan. Penerimaan ini dalam prosesnya dapat terbentuk perlahan-lahan, tiba-tiba atau dapat terjadi tergantung dari situasi sosial yang ada. Perubahan konsep diri seseorang berhubungan dengan penyesuaian-penyesuaian yang dilakukan oleh individu. Karenanya perubahan dalam konsep diri akan membawa perubahan dalam keseluruhan pola pribadi individu tersebut. Menurut **Hurlock (dalam Fauziah Anwar,1997)** bila perubahan konsep diri memang dibutuhkan, hendaknya perubahan tersebut dilakukan secara perlahan dan bertahap untuk menghindari kekacauan dari seluruh pola kepribadian.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Rancangan Penelitian

Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui ada tidaknya korelasi atau hubungan antara kecerdasan emosional dengan konsep diri. Dengan demikian, penelitian ini dilakukan atas dasar studi korelasional untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua variabel atau lebih.

Rancangan penelitian korelasional adalah suatu alat dalam penelitian yang digunakan untuk tujuan mengetahui hubungan atau kaitan antara satu variabel dengan variabel yang lainnya tanpa melihat ada atau tidaknya pengaruh dari variabel-variabel maupun hubungan kausalitas. Untuk memperjelas hubungan antara variabel yang diteliti, maka akan dilakukan perhitungan-perhitungan dengan bantuan metode statistik.

3.2 Variabel Penelitian

Variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Konsep Diri sebagai variabel X
2. Kecerdasan Emosional sebagai variabel Y

3.3 Operasional Variabel Penelitian

Untuk mendapatkan data yang relevan dan sesuai dengan hipotesis penelitian, maka perlu dilakukan pengukuran terhadap variabel-variabel yang telah didefinisikan secara konseptual. Pengukuran baru akan dapat dilakukan setelah variabel didefinisikan secara operasional. Melalui definisi operasional ini ditetapkan prosedur pelaksanaan dan ukuran konsep dari variabel yang akan diukur.

3.3.1 Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA adalah kemampuan narapidana dalam menghadapi permasalahan serta mengendalikan emosinya sehingga dapat digunakannya secara optimal dalam menghadapi lingkungan secara tepat.

Nilai kecerdasan emosional ini berupa angka yang diperoleh dari pengukuran dengan Skala Kecerdasan Emosional. Skala Kecerdasan Emosional ini diturunkan dari konsep teori yang dikemukakan oleh Daniel Goleman (2005).

3.3.2 Konsep Diri

Konsep diri narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA adalah sejauh mana narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA memiliki gambaran tentang dirinya, bagaimana narapidana menilai dirinya dan bagaimana narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA menanamkan keyakinan tentang dirinya.

Penilaian diri ini pada akhirnya akan menghasilkan penilaian yang positif terhadap diri (Konsep diri positif) dan penilaian yang negatif terhadap diri (Konsep diri negatif). Data mengenai Konsep Diri ini berupa angka yang diperoleh dari pengukuran dengan menggunakan *Tennessee Self Concept Scale* dari *Fitts*.

3.4 Populasi dan Sampel Penelitian

Penelitian yang dilakukan ini merupakan sebuah studi populasi, dengan demikian seluruh anggota populasi secara langsung juga menjadi subjek penelitian. Studi populasi adalah studi yang dilakukan terhadap lingkup yang luas dengan semua subjek penelitian dan kesimpulan berlaku bagi semua subjek penelitian tersebut (Suharsimi dalam Mardenny, 1999).

Yang menjadi populasi penelitian ini adalah narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA di Lembaga Pemasyarakatan Pekanbaru yang memiliki karakteristik sebagai berikut:

1. Narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA dengan lama hukuman diatas satu tahun. Pengambilan kriteria disebabkan karena narapidana yang sedang menjalani masa hukuman diatas satu tahun adalah jumlah yang terbanyak.
2. Narapidana adalah warga Negara Indonesia Asli . Kriteria ini diambil berhubung karena banyak terdapat narapidana warga negara keturunan pada lembaga pemasyarakatan tersebut.
3. Berusia antara 21-40 tahun. Pengambilan kriteria ini untuk menyamakan tuntutan perannya sebagai individu dewasa awal.
4. Pendidikan minimal SLTP. Untuk lebih memudahkan pengambilan data, karena diasumsikan subjek akan dapat mudah memahami dan menjawab skala.

Jumlah narapidana penyalahgunaan NAPZA yang menjadi anggota populasi adalah 82 orang.

3.5 Metode Pengumpulan Data

3.5.1 Alat Ukur Kecerdasan Emosional

Alat ukur yang digunakan untuk menentukan kecerdasan emosional tahanan yang terlibat penyalahgunaan NAPZA adalah daftar pernyataan yang disusun dengan menggunakan skala Likert berdasarkan teori Kecerdasan Emosional dari Daniel Goleman (2004) dengan mengacu pada lima komponen kecerdasan emosional. Berdasarkan lima aspek kecerdasan emosional tersebut, kemudian dicari indikator-indikator tentang bagaimana reaksi atau tingkah laku yang biasa muncul untuk masing-masing aspek. Setelah itu, dari indikator tersebut diturunkan pernyataan-pernyataan untuk menggali bagaimana kecerdasan emosional narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA.

Skala ini terdiri dari 120 pernyataan dengan 60 pernyataan yang bersifat positif dan 60 pernyataan yang bersifat negatif. Adapun aspek-aspek yang diukur sesuai dengan komponen-komponen kecerdasan emosional yang dapat dilihat pada tabel berikut ini: (halaman selanjutnya)

Tabel 3.1
Blue Print Skala Kecerdasan Emosional

NO	Aspek / Indikator	NO. ITEM	
		Favourabel	Unfavourabel

1.	KESADARAN DIRI 1. Mengetahui apa yang dirasakan 2. Memahami penyebab perasaan yang timbul 3. Menerima diri sendiri dengan semua kelebihan dan kekurangannya 4. Mengambil keputusan bagi diri sendiri	24,41,81 22,62,102 3,43,83 1,64,104	21,61,101 2,42,82 23,63,103 44,84,120
2.	KENDALI DIRI 1. Bertanggung jawab terhadap keputusan dan tindakan 2. Mengungkapkan amarah dengan tepat 3. Melepaskan diri dari kecemasan, kemurungan dan ketersinggungan 4. Mengurangi stress dan menghibur diri ketika ditimpa kesedihan	5,45,85 26,66,106 7,47,87 28,68,108	25,65,105 6,46,86 27,67,107 8,48,88
3.	MOTIVASI DIRI 1. Mengendalikan dorongan hati dan menguasai diri 2. Optimis dan bertahan menghadapi kegagalan 3. Memberikan semangat kepada diri sendiri 4. Memiliki pandangan yang positif terhadap diri	9,49,89 30,70,110 11,51,91 32,72,112	29,69,109 10,50,90 31,71,111 12,52,92
4.	EMPATI 1. Merasakan apa yang dirasakan orang lain 2. Menjadi pendengar yang baik 3. Menerima sudut pandang orang lain 4. Menghargai perbedaan perasaan orang lain tentang berbagai hal	13,53,93 34,74,114 15,55,95 36,76,116	33,73,113 14,54,94 35,75,115 16,56,96
5.	MEMBINA HUBUNGAN 1. Mengendalikan emosi ketika berhubungan dengan orang lain 2. Berinteraksi dengan lancar 3. Tegas dan terampil dalam berkomunikasi 4. Bertindak bijaksana dalam hubungan dengan orang lain	17,57,97 38,78,118 19,59,99 4,40,80	37,77,117 18,58,98 39,79,119 20,60,100
	Jumlah	60	60

Pada angket ini responden diminta untuk memilih salah satu dari kemungkinan jawaban yang ada pada setiap item yang tersedia. Dimana setiap item mempunyai 5 (lima) kemungkinan jawaban yaitu: "sangat sesuai" – "sesuai" – "tidak bisa menentukan dengan pasti" – "kurang sesuai" – "tidak sesuai".

Kemudian masing-masing jawaban akan diskor berkisar antara 1 sampai 5 dengan skala penilaian sebagai berikut:

Untuk item positif, skala penilaiannya adalah:

- a. Skor 5 untuk pilihan jawaban “sangat sesuai”
- b. Skor 4 untuk pilihan jawaban “sesuai”
- c. Skor 3 untuk pilihan jawaban “tidak bisa menentukan dengan pasti”
- d. Skor 2 untuk pilihan jawaban “kurang sesuai”
- e. Skor 1 untuk pilihan jawaban “tidak sesuai”

Untuk item negatif, skala penilaiannya adalah:

- a. Skor 1 untuk pilihan jawaban “sangat sesuai”
- b. Skor 2 untuk pilihan jawaban “sesuai”
- c. Skor 3 untuk pilihan jawaban “tidak bisa menentukan dengan pasti”
- d. Skor 4 untuk pilihan jawaban “kurang sesuai”
- e. Skor 5 untuk pilihan jawaban “tidak sesuai”

Skor subjek adalah skor keseluruhan item dengan menjumlahkan setiap jawaban yang diberikan subjek. Semakin tinggi skor total yang diperoleh maka akan semakin baik taraf kecerdasan emosionalnya. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah skor total yang diperoleh maka akan semakin buruk taraf kecerdasan emosionalnya.

3.5.2 Tennessee Self Concept Scale (Konsep Diri)

Alat ukur yang digunakan untuk menjangkau konsep diri narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA ini adalah “*Tennessee Self Concept*” dari *Fitts*. Alat ukur ini berbentuk angket terdiri dari 100 item pernyataan. Masing-masing item meliputi dimensi internal dan dimensi eksternal dari konsep diri. Keseluruhannya terdapat 15 kombinasi dan masing-masing kombinasi terdiri dari 6 item. Total seluruhnya berjumlah 90 item (45 item positif dan 45 item negatif), sisanya 10 item merupakan item-item yang menjangkau kritik diri

subjek. Kesepuluh item ini dimaksudkan untuk mengukur derajat “defensit” atau kapasitas keterbukaan dan pengakuan terhadap kelemahan diri yang meliputi dimensi internal dan eksternal sekaligus.

Aspek-aspek yang dapat diukur dengan *Tennessee Self Concept Scale* dari **Fitts** adalah :

a. Identitas Diri

Bagaimana seseorang memandang dan mempersepsi dirinya atau bagaimana seseorang memberikan penilaian terhadap keberadaan dirinya. Meliputi lima penilaian, yaitu: diri fisik, diri moral dan etik, diri personal, diri keluarga, diri sosial.

b. Penerimaan Diri

Bagaimana seseorang menerima keberadaan dirinya. Meliputi lima penilaian, yaitu: diri fisik, diri moral dan etik, diri personal, diri keluarga, diri sosial.

c. Tingkah laku Diri

Bagaimana seseorang bertindak laku dan memberikan penilaian saat diri bertindak laku dengan lingkungannya. Meliputi lima penilaian, yaitu: diri fisik, diri moral dan etik, diri personal, diri keluarga, diri sosia

Adapun aspek-aspek yang diukur tersebut dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3.2
Blue Print Skala Konsep Diri

Dimensi Internal	Dimensi Eksternal	Nomor Item	
		Favourabel	Unfavourabel
Identity	Fisik	1,2,18	3,19,20
	Moral-Etik	4,5,21	6,22,23
	Personal	7,8,24	9,25,26
	Keluarga	10,11,27	12,28,29
	Sosial	13,14,30	15,31,32
Judging	Fisik	35,36,52	37,53,54
	Moral-Etik	38,39,55	40,56,57
	Personal	41,42,58	43,59,60

	Keluarga Sosial	44,45,61 47,48,64	46,62,63 49,65,66
Behavior	Fisik Moral-Etik Personal Keluarga Sosial	69,70,85 72,73,88 75,76,91 78,79,94 81,82,97	71,86,87 74,89,90 77,92,93 80,95,96 83,98,99
Kritik Diri		16,17,50,51,84	33,34,67,68,100
Jumlah		50	50

Pada angket ini responden diminta untuk memilih salah satu dari kemungkinan jawaban yang ada pada setiap item yang tersedia. Dimana setiap item mempunyai 5 (lima) kemungkinan jawaban yaitu: "sangat sesuai" – "sesuai" – "tidak bisa menentukan dengan pasti" – "kurang sesuai" – "tidak sesuai".

Setiap jawaban memiliki nilai tertentu yaitu 5-4-3-2-1 untuk item positif dan 1-2-3-4-5 untuk item negatif, masing-masing sebagai berikut:

Untuk Item Positif, Skala Penilaiannya Adalah:

- Skor 5 untuk pilihan jawaban "sangat sesuai"
- Skor 4 untuk pilihan jawaban "sesuai"
- Skor 3 untuk pilihan jawaban "tidak bisa menentukan dengan pasti"
- Skor 2 untuk pilihan jawaban "kurang sesuai"
- Skor 1 untuk pilihan jawaban "tidak sesuai"

Untuk item negatif, skala penilaiannya adalah:

- Skor 1 untuk pilihan jawaban "sangat sesuai"
- Skor 2 untuk pilihan jawaban "sesuai"
- Skor 3 untuk pilihan jawaban "tidak bisa menentukan dengan pasti"
- Skor 4 untuk pilihan jawaban "kurang sesuai"
- Skor 5 untuk pilihan jawaban "tidak sesuai"

Nilai konsep diri didapat dari skor total subjek. Semakin tinggi skor total yang diperoleh, maka semakin positif konsep diri subjek, begitu juga sebaliknya semakin rendah skor total yang diperoleh maka semakin negatif konsep dirinya.

3.6 Uji Validitas

Dalam penelitian ini pengujian validitas dilakukan dengan uji validitas terpakai. Uji validitas adalah pengujian yang dilakukan pada suatu alat ukur untuk mengetahui sejauh mana alat ukur itu benar-benar mengukur apa yang ingin diukur M. Singarimbun (dalam Mardenny, 1999). Untuk melakukan uji validitas ini digunakan *product moment*, langkah-langkah pengujiannya adalah sebagai berikut:

1. Menghitung total skor dari setiap jawaban responden
2. Mencatat skor item yang diuji
3. Mencari koefisien korelasi skor para responden dengan skor keseluruhan (skor total alat ukur) pada item tersebut dengan menggunakan rumus koefisien korelasi Rank Spearman yang dilakukan dengan menggunakan Statistical Prokgage for Social Science (SPSS 11.0 for Windows).
4. Apabila nilai korelasi lebih besar dari nilai tabel maka item tersebut diterima dan begitu juga sebaliknya apabila nilai korelasi lebih kecil dari nilai tabel maka item tersebut ditolak. Untuk melihat tabel digunakan tabel P (tabel harga-harga kritis r_s koefisien korelasi Rank Spearman).

Berdasarkan pengujian alat ukur kecerdasan emosional didapatkan 64 item yang diterima dan 56 item yang ditolak.

Tabel 3.3

Blue Print Skala Kecerdasan Emosional (X1) Yang Valid dan Gugur

No	Indikator	No Item		Jumlah
		Favourabel	Unfavourabel	

		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1.	Kesadaran Diri	0	1,3,22,24, 41,43,62,64 81,83,102,104	2,23,44,42, 61,63,84,82 103,120	21,101	24
2.	Kendali Diri	5,45,85 68,87	7,26,28,47, 66,106,108	6,25,27, 65,86,105	8,46,48, 67,88,107	24
3.	Motivasi Diri	9,11,30,49, 51,70,89,91 110,112	32.,72	12,29,69, 71,52,90, 92,109,111	10,31,50	24
4.	Empati	34,36,76,114	13,15,53,55, 74,93,95,116	14,16,33,35, 73,54,94, 96,115	56,75,113	24
5.	Membina Hubungan	19,40,97	4,17,38, 57,59,78, 80,99,118	18,37,58, 77,98,100, 117,119	20,39, 60,79	24
TOTAL		22	38	42	18	120

Tabel 3.4
Blue print Skala Konsep Diri (X2) yang Valid dan Gugur

No	Indikator		No item				Jumlah
	Dimensi Internal	Dimensi Eksternal	Favourabel		Unfavourabel		
			Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	Identity	Fisik	2,18,	1,	0	3,19,20,	30

		Moral-Etik	5,21,	4,	23,	6,22,	
		Personal	8,	7,24,	9,25,	26,	
		Keluarga	10,	11,27,	28,29,	12,	
		Sosial	13	14,30	32	15,31	
2	Judging	Fisik	36,	35,52,	53,	37,54,	30
		Moral-Etik	39,55,	38,	40,56,57,	0	
		Personal	42,	41,58,	43,60,	59,	
		Keluarga	44,45,61	0	46,63,	62,	
		Sosial	0	47,48,64	49,65,66	0	
3	Behavior	Fisik	69,70,	85,	86,	71,87,	30
		Moral-Etik	72,	73,88,	89,	74,90,	
		Personal	75,	76,91,	77,92,93,	0	
		Keluarga	78,79,94	0	80,95,96,	0	
		Sosial	82	81,97	83,99	98	
4	Kritik Diri		0	16,17,50	33,67,	34,68	10
				51,58	100		
Total			22	28	30	20	100

3.7 Uji Reliabilitas

Setelah melakukan uji validitas kemudian dilakukan pengujian reliabilitas alat ukur.

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya

atau dapat diandalkan. Apabila suatu alat ukur dapat dipakai dua kali untuk pengukuran yang sama dan hasil pengukuran itu relatif konsisten, maka alat ukur tersebut dikatakan reliabel. Reliabilitas akan menunjukkan konsistensi suatu alat ukur didalam mengukur gejala yang sama.

Parameter yang digunakan untuk menafsirkan tinggi rendahnya koefisien reliabilitas alat ukur dan ada tidaknya korelasi antara dua variabel atau lebih, menurut Guilford (dalam Mardenny, 1999) adalah sebagai berikut:

$< 0,20$ = Derajat reliabilitas hampir tidak ada, hubungan lemah sekali

$0,21 - 0,40$ = Derajat reliabilitas rendah, hubungan rendah

$0,41 - 0,70$ = Derajat reliabilitas sedang, hubungan yang cukup berarti

$0,71 - 0,90$ = Derajat reliabilitas tinggi, hubungan tinggi

$0,91 - 1,00$ = Derajat reliabilitas tinggi sekali, hubungan sangat tinggi

Berdasarkan pengujian alat ukur kecerdasan emosional didapat nilai reliabilitas sebesar 0,9073 berarti alat ukur tersebut mempunyai nilai reliabilitas yang tinggi. Sedangkan alat ukur konsep diri didapat nilai reliabilitas sebesar 0,9171 yang berarti alat ukur tersebut mempunyai nilai reliabilitas yang sangat tinggi.

3.8 Teknik Analisa Data

Perhitungan statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Order Correlation* atau korelasi tata jenjang dari Rank Spearman. Metode statistik ini digunakan untuk menentukan korelasi atau hubungan antara dua gejala yang kedua-duanya merupakan gejala ordinal (Ordinal-ordinal) atau tata jenjang. Korelasi Rank Spearman ini digunakan dengan alasan:

1. Data yang digunakan dalam penelitian ini berskala ordinal
2. Data dalam penelitian ini berpasangan
3. Teknik statistik berbentuk non parametrik

Metode ini digunakan untuk menguji ada tidaknya hubungan atau korelasi antara satu variabel dengan variabel lainnya. Adapun langkah-langkah pengujian hipotesis adalah sebagai berikut:

3.8.1 Uji Korelasi Rank Spearman

1. Seluruh hasil penelitian dari variabel (X dan Y) diurutkan dari nilai yang terkecil sampai nilai yang terbesar ($R_X ; R_Y$).
2. Menghitung selisih masing-masing nilai rangking (d), kemudian selisih itu dikuadratkan (d_i^2)
3. Menjumlahkan seluruh selisih kuadrat ($\sum d_i^2$)
4. Menghitung harga korelasi X dengan Y dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$r_s = 1 - \frac{6 \sum d_i^2}{N^3 - N}$$

Keterangan:

r_s = Koefisien korelasi Rank Spearman

N = Menunjukkan jumlah pasangan observasi satu variabel terhadap variabel lainnya

d_i = Perbedaan rangking yang diperoleh pada tiap pasangan observasi

Rumus di atas dapat dipergunakan jika pada data observasi tidak ditemukan rangking berangka sama. Untuk perankingan terhadap suatu variabel yang didalamnya terdapat dua subjek atau lebih yang memiliki angka sama, akan dilakukan rata-rata ranking dan memerlukan faktor koreksi dalam perhitungan r_s . Adapun rumus faktor koreksinya adalah sebagai berikut:

$$T = \frac{t^3 - t}{12}$$

Dimana t adalah banyak observasi berangka sama pada suatu rangking. Dengan demikian rumus r_s akan menjadi:

$$r_s = \frac{\Sigma X^2 + \Sigma Y^2 - \Sigma d_i^2}{2\sqrt{\Sigma X^2 \cdot \Sigma Y^2}}$$

Dengan:

$$\Sigma X^2 = \frac{N^3 - N}{12} - \Sigma T_x$$

$$\Sigma Y^2 = \frac{N^3 - N}{12} - \Sigma T_y$$

Dimana ΣT menunjukkan jumlah berbagai harga T untuk semua kelompok yang berlain-lainan yang memiliki observasi berangka sama.

3.8.2 Uji Signifikan r_s

Untuk mengetahui apakah kedua variabel berkorelasi dalam populasi tersebut. Untuk populasi besar, apabila $N > 10$ signifikansi atau r_s berdistribusi student's (t), adapun rumus yang digunakan adalah sebagai berikut :

$$t = r_s \sqrt{\frac{n-2}{1-r_s^2}}$$

Kriteria penolakan H_0 jika $t_{hit} > t_{tab}$, dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,005$ dengan $dk = n-2$ untuk melihat t_{tab} digunakan tabel critical values of student's t distribution (tabel B siegel) untuk satu sisi. Untuk mengetahui koefisien determinasi (kekuatan korelasi) digunakan rumus sebagai berikut:

$$d = r_s^2 \times 100 \%$$

3.9 Lokasi dan Jadwal Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Lembaga Permayarakatan Pekanbaru terhadap Narapidana dewasa yang terlibat penyalahgunaan NAPZA. Jadwal penelitian dapat dilihat pada table berikut ini :

Tabel 3.5

Jadwal Penelitian

No	Nama Kegiatan	Waktu
1	Pengajuan Sinopsis	Februari 2008
2	Penyusunan dan konsultasi penelitian	Maret – September 2008
3	Seminar Proposal Penelitian	September 2008

4	Perbaikan Proposal	Oktober 2008
5	Penyusunan dan konsultaasi instrument	Oktober 2008 – Februari 2009
6	Pelaksanaan Penelitian	Februari – Mei 2009
7	Pengolahan Data Penelitian	Mei 2009
8	Penyusunan dan Konsultasi Laporan	Mei- Juni 2009

BAB IV

PEMBAHASAN

4.1 Pembahasan

Dari hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan metode statistik diketahui bahwa terdapat hubungan yang positif antara kecerdasan emosional dengan konsep diri pada narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA. Artinya semakin tinggi kecerdasan emosional narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA maka akan semakin positif konsep dirinya sehingga semakin positif pula perubahan perilakunya.

Dalam penelitian ini melibatkan 23 responden, yaitu para narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA. Dilihat dari frekuensi kecerdasan emosional yang rendah maka tampak yang memiliki korelasi yang paling erat dengan konsep diri i. Hal ini dapat dipahami bahwa individu dengan kecerdasan emosional tinggi mampu menggunakan hasrat yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntunnya menuju sasaran, membantu mengambil inisiatif untuk bertindak secara efektif serta mampu bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi. Dengan kemampuan memotivasi diri yang dimilikinya tersebut maka seseorang akan cenderung memiliki pandangan yang positif dalam menilai segala sesuatu yang terjadi dalam dirinya dan lebih dapat menerima diri sebagaimana adanya. Pada akhirnya hal ini akan membentuk suatu evaluasi positif terhadap diri, sehingga menunjukkan konsep diri yang positif .

Sebaliknya, para narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA yang memiliki kecerdasan emosional yang rendah mengenai motivasi diri berkaitan

dengan ketidakmampuan individu dalam memecahkan masalah secara adekuat sehingga dengan mudahnya ia menyalahkan lingkungan dan lebih melihat faktor-faktor di luar dirinya yang menentukan segala sesuatu. Dalam hal ini, kepribadian yang dependen dan tidak mandiri memainkan peranan penting dalam memandang NAPZA sebagai satu-satunya pemecahan masalah yang dihadapi. Perkembangan emosi yang terhambat juga turut mempengaruhi perilaku ini dengan ditandai oleh ketidakmampuan mengekspresikan emosi secara wajar, mudah cemas, pasif agresif dan cenderung depresi. Orang yang sedang mengalami depresi akan mempunyai pemikiran yang cenderung negatif dalam memandang dan merespon segala sesuatunya, termasuk menilai diri sendiri. Segala situasi atau stimulus yang netral akan dipersepsi secara negatif. Orang yang depresi sulit melihat apakah dirinya mampu bertahan menjalani kehidupan selanjutnya serta menjadi super sensitif dan cenderung mudah tersinggung. Hal ini pada akhirnya dapat mempengaruhi konsep diri individu.

Bila dilihat keeratan hubungan (kontribusi) dari aspek-aspek kecerdasan emosional dengan konsep diri tampak rendah, yaitu kontribusi antara aspek kesadaran diri dalam kecerdasan emosional dengan konsep diri. Artinya bila para narapidana mampu menyadari dan mengenali perasaan diri sewaktu perasaan itu terjadi akan memberikan pemahaman tentang diri. Ketidakmampuan untuk mencermati perasaan yang sesungguhnya membuat diri berada dalam kekuasaan perasaan. Sehingga tidak peka akan perasaan yang sesungguhnya yang berakibat buruk bagi pengambilan keputusan masalah. Begitu juga dilihat kontribusi antara aspek kendali diri dalam kecardasan emosional dengan konsep diri yaitu, Artinya

dengan kemampuan menghibur diri ketika ditimpa kesedihan, melepaskan kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan bangkit kembali dengan cepat dari semua kegagalan akan sangat membantu para narapidana dalam melawan perasaan murung atau melarikan diri pada hal-hal negatif yang merugikan dirinya sendiri.

Aspek lain dalam kecerdasan emosional yang tak kalah pentingnya dalam memberikan kontribusi yang rendah untuk pembentukan konsep diri yang positif adalah aspek empati dan aspek membina hubungan. Hal ini menyatakan bahwa narapidana yang mampu menyesuaikan diri dengan emosinya sendiri dapat dipastikan akan mampu menghormati perasaan orang lain. Mampu merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain akan sangat membantu narapidana dalam bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Dengan kata lain mampu menyesuaikan diri dalam pergaulan sosial. Pada akhirnya narapidana dapat berhubungan dengan orang lain dalam sebuah interaksi sosial secara efektif dengan tujuan yang konstruktif. Membina hubungan dengan orang lain merupakan keterampilan sosial yang mendukung keberhasilan dalam pergaulan dengan orang lain. Tanpa memiliki keterampilan ini seseorang akan mengalami kesulitan dalam pergaulan sosial. Sesungguhnya karena tidak dimilikinya keterampilan-keterampilan semacam inilah yang menyebabkan individu seringkali dianggap angkuh, mengganggu atau tidak berperasaan.

Interaksi sosial ini erat kaitannya dengan pandangan individu terhadap dirinya. Interaksi sosial yang baik akan membentuk sebuah konsep diri yang positif bagi individu. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Calhoun & Acocella

(dalam Alex Sobur, 2003) bahwa konsep diri terbentuk dari pengalaman individu dalam berhubungan dengan individu lain dan merupakan suatu proses umpan balik dari lingkungan. Dalam berinteraksi ini, setiap individu akan menerima tanggapan. Tanggapan yang diberikan dijadikan cermin bagi individu untuk menilai dan memandang dirinya sendiri. Hal ini dapat kita selaraskan dengan pernyataan Goleman (2005) yang mengungkapkan bahwa apabila individu pandai menyesuaikan diri dengan suasana hati orang lain atau dapat berempati, maka ia akan memiliki tingkat emosionalitas yang tinggi dan akan lebih mudah menyesuaikan diri dalam pergaulan sosial serta lingkungannya. Oleh sebab itu kecerdasan emosional menuntut diri untuk mengakui dan menghargai perasaan diri sendiri dan orang lain serta menanggapi dengan tepat, sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam dan lebih utuh tentang diri sendiri dan orang lain.

Dari hasil penelitian ini juga tampak bahwa aspek penerimaan diri dalam konsep diri dengan nilai korelasi menunjukkan taraf yang rendah dalam konsep diri narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA. Dapat juga dikatakan bahwa para narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA mampu menerima diri sebagaimana adanya dan tidak menolak keadaan mereka akan membentuk suatu evaluasi positif terhadap diri dan menunjukkan adanya konsep diri yang positif.

Hal lain yang dapat dianalisa dalam penelitian ini adalah rendahnya korelasi antara aspek kritik diri dengan konsep diri, dengan nilai korelasi (taraf korelasi Guilford “rendah”). Dapat dikatakan bahwa dalam pengembangan konsep

diri yang positif bagi narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA, aspek kritik diri tidaklah begitu besar signifikasinya. Seperti diungkapkan oleh Fitts (1971), secara umum aspek kritik diri menggambarkan keterbukaan diri dalam menggambarkan diri pribadi. Derajat keterbukaan diri yang terlalu rendah menunjukkan sikap defensif individu. Individu yang normal memiliki derajat kritik diri yang tinggi, namun derajat yang terlalu tinggi justru menunjukkan individu yang kurang defensif dan kemungkinan memiliki kelainan psikologis.

Dari penelitian yang rendah ini diketahui bahwa 9 orang narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA memiliki konsep diri yang positif. Artinya sebanyak 9 orang narapidana yang memiliki pandangan positif terhadap dirinya, ia terlihat lebih optimis, penuh percaya diri dan selalu bersikap positif terhadap segala sesuatu, juga terhadap kegagalan yang dialaminya. Narapidana dengan konsep diri yang positif akan mampu menghargai dirinya dan melihat hal-hal yang positif yang dapat dilakukan demi keberhasilan di masa yang akan datang.

BAB V

PENUTUP

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan terhadap hasil penelitian yang dilakukan terhadap 82 orang narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA di Lembaga Pemasyarakatan Pekanbaru dapat disimpulkan berikut ini.

Kecerdasan emosional memiliki hubungan yang signifikan dengan konsep diri, artinya semakin tinggi kecerdasan emosional narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA maka akan semakin positif konsep dirinya. Hal ini didukung dengan nilai korelasi 0,745 dan $t_{hit} 9,988 > t_{tab} 1,994$.

Kelima aspek kecerdasan emosional memiliki tingkat hubungan yang berbeda-beda dengan konsep diri. Aspek Motivasi Diri memiliki korelasi yang paling tinggi. Artinya aspek kecerdasan emosional tersebut sangat mendukung konsep diri narapidana yang terlibat NAPZA.

Dilain pihak, dalam konsep diri aspek yang berkorelasi paling tinggi dengan kecerdasan emosional adalah aspek Penerimaan Diri. Dapat dikatakan pada narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA dapat menerima diri sebagaimana adanya dan tidak menolak keadaan mereka serta membentuk suatu evaluasi positif terhadap diri. Hal inilah yang menunjukkan adanya konsep diri yang positif.

Dari hasil pengklasifikasian tingkat kecerdasan emosional, secara umum kecerdasan emosional narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA di

Lembaga Pemasyarakatan Pekanbaru sebahagian besar berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 51,2%, dan konsep diri narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA secara umum berada pada kategori positif yaitu sebanyak 85,4%.

5.2. Saran

Sehubungan dengan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini, maka ada beberapa hal yang dapat disarankan baik bagi peneliti lain yang ingin membahas masalah yang sama ataupun bagi pihak-pihak lain yang dapat memanfaatkan hasil penelitian ini. Adapun saran-saran yang dapat diajukan adalah:

1. Untuk para narapidana; agar dapat lebih termotivasi dalam upaya pengembangan diri dan perubahan perilaku ke arah yang lebih baik dengan lebih mencermati tindakan-tindakan yang dilakukan dan mengetahui akibat-akibatnya serta mengetahui apa yang menguasai sebuah keputusan, pikiran atau perasaan yang muncul.
2. Untuk keluarga para narapidana; sebaiknya memperlihatkan sikap positif dalam memperlakukan mereka, tidak menunjukkan sikap malu kepada orang lain karena memiliki keluarga seorang narapidana. Mendorong mereka untuk dapat berperilaku lebih positif dan tetap memberikan semangat selama mereka menjalani masa hukuman.
3. Untuk pihak lembaga pemasyarakatan; agar lebih dapat meningkatkan kecerdasan emosional para narapidana yang terlibat penyalahgunaan NAPZA, khususnya dengan menerapkan "kurikulum self science" dimana

para narapidana diajarkan untuk memandang diri sendiri dalam sisi yang positif, bagaimana berkomunikasi secara efektif, bagaimana membina kepercayaan dalam suatu hubungan dan menghargai perbedaan-perbedaan yang ada. Selain itu, lewat proses dinamika kelompok para narapidana juga dapat diajarkan bagaimana bekerja sama yang baik, bagaimana memimpin dan dipimpin serta bagaimana menyelesaikan konflik dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Anastasi, Anne & Urbina, S. 2002. **Tes Psikologi**, Edisi Bahasa Indonesia, Jilid 1. Jakarta : PT Indeks Gramesia Group.
- Anwar, Fauziah. 1997. **Studi Tentang Hubungan Antara Konsep Diri Dan Kemampuan Penyesuaian Diri Pada Penderita Penyandang Epilepsi Yang Berada Di Yayasan PERPEI Bandung**. Skripsi Tidak Diterbitkan. Bandung: Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung.
- Azwar, Syaifuddin. 1999, **Penyusunan Skala Psikologi**, Edisi 1. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Burns, R.B. 1993. **Konsep Diri: Teori, Pengukuran, Perkembangan dan perilaku**. Alih Bahasa: Eddy. Jakarta: Arcan.
- Baron, Robert A; Byrne, Donn. 2003. **Psikologi Sosial Jilid I**. Jakarta: Erlangga
- Cooper, R. K., & Sawaf, A. 1998. **EXECUTIVE EQ : Kecerdasan Emosional dalam kepemimpinan dan Organisasi**. Alih Bahasa: Alex Tri K.W. Jakarta: Gramedia.
- Efendi, Agus. 2005. **Revolusi Kecerdasan Abad 21**. Bandung: Alfabeta.
- Fitts, W.H. 1971. **The Self Concept and Self Actualization**. L.A California: Library of Congress Catalog.
- Gumilang, A. 1991. **Kriminalistik: Pengetahuan Tentang Teknik dan Taktik Penyidikan**. Bandung: Angkasa.
- Goleman, Daniel. 2004. **Emotional Intelligence : Mengapa EI Lebih Penting Dari IQ**. Alih Bahasa: T. Hermaya. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Hawari, Dadang. 2004. **Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa**. Yogyakarta: PT. Dana Bhakti Primayasa
- Kerlinger, F.N. 2003. **Asas-asas Penelitian Behavioral**. Jogyakarta: Gadjah Mada University Press.a
- Mardenny. 1999. **Hubungan Self Concept dengan Penyesuaian Stadium Psikologis Pasien Kanker Pada Penderita Kanker Payudara Stadium Lanjut Dirumah Sakit Hasan Sadikin Bandung**. Skripsi tidak diterbitkan. Bandung: Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung.

- Patton, P. 1998. **EQ (Kecerdasan Emosional) di Tempat Kerja**. Alih Bahasa: Zaini Dahlan. Jakarta: Delaprapta.
- Riduwan dan Akdon. 2005. **Rumus dan Data dalam Aplikasi Statistika**. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Santoso, Topo dan Eva Achjani Zulfa. 2005. **Kriminologi**. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.
- Sekretariat Subdit Bintibmas Ditbimmas Polri. 2001. **Penanggulangan Penyalahgunaan Bahaya Narkoba**. Jakarta: Dit Bimmas Polri.
- Shapiro, L.E. 1997. **Mengajarkan Emotional Intelligence Pada Anak**. Alih Bahasa: Alex Tri K.W. Jakarta: Gramedia.
- Sobur, Alex. 2003. **Psikologi Umum**. Bandung: Pustaka Setia.
- Sudarsono. 2004. **Kenakalan Remaja**. Jakarta: Rineka Cipta.
- Yayasan Mitra Bintibmas. 1999. **Masalah Narkotika, Psikotropika dan Obat-obat Berbahaya**. Jakarta: Mitra Bintibmas.

DAFTAR LAMPIRAN

1. LAMPIRAN A SKALA PENELITIAN
2. LAMPIRAN B SKALA HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS
3. LAMPIRAN C SKALA HASIL UJI NORMALITAS
4. LAMPIRAN D SKALA HASIL UJI LINIERITAS
5. LAMPIRAN E TABULASI SKOR MENTAH
6. LAMPIRAN F SURAT-SURAT

DAFTAR TABEL

1. Tabel 3.5 Jadwal penelitian.....	88
2. Tabel 3.1 Blue print skala kecerdasan emosional.....	80
3. Tabel 3.2 Blue print skala konsep diri.....	82
4. Tabel 3.3 Blue print (X 1) yang valid dan gugur.....	84
5. Tabel 3.4 Blue print (X 2) yang valid dan gugur.....	85
6. Tabel 11 Pedoman interpretasi terhadap Koefisien Korelasi.....	93
7. Tabel 12 Gambaran hipotesis variable kecerdasan emosional.....	94
8. Tabel 13 Kategorisasi kecerdasan emosional.....	94
9. Tabel 14 Gambaran hipotesis indicator kecerdasan emosional.....	96
10. Tabel 15 Kesadaran diri.....	96
11. Tabel 16 Kendali diri.....	97
12. Tabel 17 Motivasi diri.....	97
13. Tabel 18 Empati.....	98
14. Tabel 19 Membina hubungan.....	98
15. Tabel 20 Gambaran hipotesis variable konsep diri (Y).....	99
16. Tabel 21 Kategorisasi konsep diri.....	99
17. Tabel 22 Gambaran hipotesis indicator konsep diri (Y).....	100
18. Tabel 23 Identity.....	101
19. Tabel 24 Judging.....	101
20. Tabel 25 Behavior.....	102
21. Tabel 26 Kritik diri.....	103

SKALA KECERDASAN EMOSIONAL

Petunjuk pengisian

Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan tentang diri anda. Bacalah setiap pernyataan dengan seksama kemudian berikan tanda silang (X) pada salah satu pilihan yang tersedia di bagian kanannya.

SS : apabila pernyataan tersebut *Sangat Sesuai* dengan keadaan yang anda rasakan.

S : apabila pernyataan tersebut *Sesuai* dengan keadaan yang anda rasakan.

TP : apabila anda *Tidak Bisa Anda Menentukan Dengan Pasti*.

KS : apabila pernyataan tersebut *Kurang Sesuai* dengan keadaan yang anda rasakan.

TS : apabila pernyataan tersebut *Tidak Sesuai* dengan keadaan yang anda rasakan.

Apabila pernyataan tersebut tidak sesuai dengan keadaan anda, jawablah dengan perkiraan apa yang akan anda pikirkan, rasakan atau lakukan apabila anda mengalami keadaan tersebut. Dalam hal ini tidak ada penilaian baik dan buruk, juga tidak ada penilaian benar dan salah. Semua pilihan adalah benar, oleh karena itu pilihlah pernyataan yang paling sesuai dengan keadaan yang anda rasakan sehari-hari. Bekerjalah dengan teliti, cermat dan jangan sampai ada satupun pernyataan yang terlewatkan.

Contoh:

Pernyataan	SS	S	TP	KS	TS
Saya peduli dan peka terhadap orang lain.					

Jika anda menyilang SS

Hal ini berarti bahwa anda memang sangat peduli dan peka terhadap orang lain.

Jika anda menyilang S

Hal ini berarti bahwa anda cukup peduli dan peka terhadap orang lain.

Jika anda menyilang KS

Berarti anda hanya sedikit saja dapat peduli dan peka terhadap orang lain.

Jika anda menyilang TS

Berarti anda sama sekali tidak peduli dan peka terhadap orang lain.

No	Pernyataan	SS	S	TP	KS	TS
1.	Saya menjawab semua pertanyaan di bawah ini secara terbuka dan tanpa paksaan dari orang lain.					

2.	Saya tidak menyesal walaupun perbuatan saya telah mengecewakan keluarga.					
3.	Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya.					
4.	Saya berusaha untuk tidak memiliki rasa dendam kepada orang lain.					
5.	Saya akan berusaha menyelesaikan setiap tugas yang dibebankan kepada saya.					
6.	Saya mudah marah tanpa alasan yang jelas.					
7.	Saya dapat memaafkan orang lain yang telah menyinggung perasaan saya.					
8.	Saya lebih suka menyendiri bila mempunyai banyak masalah.					
9.	Saya memiliki pendirian yang kuat dan akan terus saya pertahankan.					
10.	Saya tidak dapat menerima kegagalan dari setiap pekerjaan yang saya lakukan.					
11.	Keinginan saya pasti bisa terwujud karena saya tabah dalam menghadapi perjuangan hidup.					
12.	Saya adalah pribadi yang tidak menyenangkan.					
13.	Saya ikut merasa bahagia dengan keberhasilan teman saya.					
14.	Mendengarkan orang lain bercerita tentang masalahnya, dapat membuat saya bosan.					
15.	Saya menerima kritikan dari orang lain dengan senang hati.					

16.	Saya tidak dapat menerima setiap perbedaan yang ada disekitar saya.					
17.	Saya berusaha menghindari konflik dengan orang lain dalam menyelesaikan suatu masalah.					
18.	Saya tidak bisa bergaul dengan banyak orang.					
19.	Saya dapat mengungkapkan suatu ide dengan jelas kepada orang lain.					
20.	Saya peduli dengan apa yang terjadi pada orang lain yang berada disekitar saya.					
21.	Saya tidak bahagia karena sedang menghadapi masalah berat.					
22.	Saya menyesal karena perbuatan saya telah mengecewakan keluarga.					
23.	Saya tidak puas dengan keadaan diri saya.					
24.	Saya cukup bahagia walaupun sedang menghadapi masalah berat.					
25.	Saya tidak harus menyelesaikan setiap tugas yang dibebankan kepada saya.					
26.	Saya hanya akan marah jika memiliki alasan tertentu.					
27.	Saya tidak dapat memaafkan orang lain yang telah menyinggung perasaan saya.					
28.	Tertawa dan bersenda gurau dapat meringankan beban saya.					
29.	Pendirian saya mudah goyah dan berubah-ubah dari waktu ke waktu.					
30.	Saya selalu belajar dari setiap kegagalan yang saya lakukan.					

31.	Saya mungkin tidak dapat mewujudkan keinginan hidup saya.					
32.	Saya adalah pribadi yang menarik dan menyenangkan.					
33.	Saya tidak dapat merasakan kebahagiaan orang lain karena saya tidak mengalaminya sendiri.					
34.	Saya dengan senang hati mendengarkan orang lain bercerita tentang masalahnya.					
35.	Saya tidak suka dikritik oleh orang lain.					
36.	Saya dapat menerima setiap perbedaan yang ada.					
37.	Dalam menyelesaikan suatu masalah saya sering terlibat konflik dengan orang lain.					
38.	Saya mudah bergaul dengan semua orang.					
39.	Saya mengalami kesulitan dalam mengungkapkan ide dengan jelas kepada orang lain.					
40.	Saya selalu berusaha menolong orang lain sesuai dengan kemampuan saya.					
41.	Saya dapat menerima hukuman atas kesalahan saya dengan lapang dada.					
42.	Saya tidak merasa bersalah walaupun telah melakukan perbuatan terlarang.					
43.	Saya menerima keadaan diri saya seperti apa adanya.					
44.	Saya tidak dapat memutuskan apa yang terbaik untuk diri saya.					

45.	Sebelum bertindak, saya selalu berpikir terlebih dahulu.					
46.	Saya tidak mudah marah karena terpengaruh oleh orang lain.					
47.	Saya lebih suka bersenang-senang jika perasaan saya sedang tidak enak.					
48.	Sulit bagi saya untuk tetap tenang dalam menghadapi masalah yang berat.					
49.	Saya teliti dalam setiap pekerjaan saya.					
50.	Saya akan menyerah bila masalah saya keadaan saya semakin rumit.					
51.	Saya yakin hal-hal yang lebih baik akan terjadi dalam hidup saya.					
52.	Saya adalah orang yang lemah dan tidak berguna.					
53.	Saya prihatin mendengar berita bencana alam yang terjadi akhir-akhir ini.					
54.	Saya tidak mau meluangkan waktu jika hanya untuk mendengarkan keluhan kesah orang lain.					
55.	Bukan masalah bagi saya jika orang lain tidak dapat mengerti saya.					
56.	Saya tidak mengerti mengapa ada orang lain yang memiliki pemikiran yang berbeda dengan saya.					
57.	Komentar apapun dari orang lain tidak akan membuat saya menjadi gugup.					
58.	Sulit sekali bagi saya untuk menyesuaikan diri di lingkungan baru.					
59.	Saya menolak permintaan orang lain yang tidak sesuai dengan saya secara					

	tegas.					
60.	Saya tidak bisa percaya kepada orang lain apalagi orang yang baru saya kenal.					
61.	Saya menerima hukuman atas kesalahan saya dengan berat hati.					
62.	Saya merasa bersalah telah melakukan perbuatan terlarang.					
63.	Saya lebih suka menjadi seperti orang lain daripada menjadi diri sendiri.					
64.	Saya dapat memutuskan apa yang terbaik untuk diri saya.					
65.	Saya tidak memikirkan terlebih dahulu apa yang akan saya kerjakan.					
66.	Saya mudah marah karena terpengaruh oleh orang lain.					
67.	Saya selalu berpikiran negatif jika perasaan saya sedang tidak enak.					
68.	Saya berusaha untuk tetap tenang dalam menghadapi masalah yang berat.					
69.	Saya sering ceroboh dalam melakukan suatu pekerjaan.					
70.	Saya akan terus berusaha menghadapi masalah saya yang semakin rumit.					
71.	Saya tidak yakin akan mendapatkan hal-hal yang lebih baik dalam hidup ini.					
72.	Saya adalah orang yang dapat diandalkan.					
73.	Saya tidak peduli dengan berita bencana alam yang terjadi akhir-akhir ini.					

74.	Saya adalah tempat berkeluh kesah bagi orang-orang disekitar saya.					
75.	Saya ingin dimengerti oleh orang lain sesuai dengan keinginan saya.					
76.	Saya bisa mengerti mengapa orang lain mengambil keputusan yang tidak sesuai dengan pemikiran saya.					
77.	Saya mudah gugup karena mendengar komentar orang lain tentang diri saya.					
78.	Saya mudah menyesuaikan diri di lingkungan yang baru.					
79.	Sulit sekali bagi saya untuk berkata “tidak” dan menolak permintaan orang lain secara terbuka.					
80.	Saya menghargai keterbukaan dan berusaha membina kepercayaan dengan orang lain.					
81.	Saya merasa malu dengan kesalahan yang telah saya lakukan.					
82.	Saya tidak tahu apa yang sebenarnya membuat saya kecewa.					
83.	Saya dapat menerima kenyataan bahwa diri saya tidak seberuntung orang lain.					
84.	Apa yang terjadi dalam kehidupan saya sebagian besar ditentukan oleh orang lain.					
85.	Saya siap menanggung resiko untuk semua yang saya lakukan.					
86.	Saya sering berperilaku agresif bila sedang dalam keadaan emosi.					
87.	Mendekatkan diri kepada Tuhan dapat membuat hati saya tenang.					

88.	Saya selalu terbebani dengan masalah yang belum saya selesaikan.					
89.	Saya dapat mengendalikan diri dalam keadaan emosi.					
90.	Saya putus asa dengan keadaan yang saya hadapi ini.					
91.	Saya percaya bahwa setiap masalah pasti ada jalan keluarnya.					
92.	Tidak ada hal-hal yang bisa dibanggakan dari diri saya.					
93.	Saya dapat merasakan setiap masalah yang dialami orang lain.					
94.	Saya tidak dapat memahami masalah yang disampaikan oleh orang lain.					
95.	Saya peduli dengan apa yang dipikirkan orang lain tentang pendapat saya.					
96.	Saya tidak suka berteman dengan orang yang sifatnya berbeda dengan saya.					
97.	Saya tidak mudah terpancing oleh hasutan orang lain.					
98.	Saya sering terlibat konflik dengan orang lain.					
99.	Saya selalu konsisten dengan pendapat saya.					
100.	Sulit sekali untuk menghilangkan dendam kepada orang yang pernah menyakiti saya.					
101.	Saya tidak merasa malu dengan kesalahan yang telah saya lakukan.					
102.	Saya kecewa dengan nasib saya saat ini.					

103.	Saya kecewa karena penampilan saya tidak segagah orang lain.					
104.	Saya menentukan sepenuhnya apa yang terjadi dalam kehidupan saya.					
105.	Saya akan berusaha menghindari dari hukuman atas kesalahan yang saya lakukan.					
106.	Saya menghindari perilaku agresif bila sedang dalam keadaan emosi.					
107.	Saya tidak dapat melepaskan diri dari kesepian tanpa alasan yang jelas.					
108.	Saya tidak pernah terbebani dengan masalah yang belum saya selesaikan.					
109.	Saya sulit mengendalikan diri dalam keadaan emosi.					
110.	Saya yakin dapat melewati keadaan sulit seperti saat ini.					
111.	Saya merasa tidak ada jalan keluar untuk setiap masalah saya.					
112.	Walaupun tidak memiliki kemampuan lebih dari orang lain, tetapi saya memiliki kelebihan lain yang bisa dibanggakan.					
113.	Sulit bagi saya untuk merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain.					
114.	Saya bisa memahami setiap masalah yang disampaikan oleh orang lain.					
115.	Saya tidak pernah peduli dengan apa yang dipikirkan orang lain tentang pendapat saya.					
116.	Saya suka berteman dengan siapa saja walaupun sifatnya berbeda dengan					

	saya.					
117.	Saya mudah terpancing oleh hasutan orang lain.					
118.	Saya tidak pernah terlibat konflik oleh orang lain.					
119.	Pendapat saya sering berubah-ubah tentang suatu hal.					
120.	Saya menjawab semua pertanyaan di atas karena paksaan dari orang lain.					

Terima kasih atas kerjasama dan kesedian anda.

SKALA KONSEP DIRI

Petunjuk pengisian

Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan tentang diri anda. Bacalah setiap pernyataan dengan seksama kemudian berikan tanda silang (X) pada salah satu pilihan yang tersedia di bagian kanannya.

SS : apabila pernyataan tersebut *Sangat Sesuai* dengan keadaan yang anda rasakan.

S : apabila pernyataan tersebut *Sesuai* dengan keadaan yang anda rasakan.

TP : apabila anda *Tidak Bisa Anda Menententukan Dengan Pasti*.

KS : apabila pernyataan tersebut *Kurang Sesuai* dengan keadaan yang anda rasakan.

TS : apabila pernyataan tersebut *Tidak Sesuai* dengan keadaan yang anda rasakan.

Apabila pernyataan tersebut tidak sesuai dengan keadaan anda, jawablah dengan perkiraan apa yang akan anda pikirkan, rasakan atau lakukan apabila anda mengalami keadaan tersebut. Dalam hal ini tidak ada penilaian baik dan buruk, juga tidak ada penilaian benar dan salah. Semua pilihan adalah benar, oleh karena itu pilihlah pernyataan yang paling sesuai dengan keadaan yang anda rasakan sehari-hari. Bekerjalah dengan teliti, cermat dan jangan sampai ada satupun pernyataan yang terlewatkan.

Contoh:

Pernyataan	SS	S	TP	KS	TS
Saya adalah seorang yang pemberani.					

Jika anda menyilang SS

Hal ini berarti bahwa sifat pemberani sangat sesuai dengan gambaran diri anda.

Jika anda menyilang S

Hal ini berarti bahwa sifat pemberani cukup sesuai dengan gambaran diri anda.

Jika anda menyilang TP

Berarti anda ragu-ragu dan tidak bisa dengan pasti menentukan pilihan.

Jika anda menyilang KS

Berarti sifat pemberani tidak sepenuhnya menggambarkan diri anda, hanya ada sedikit saja sifat pemberani pada diri anda.

Jika anda menyilang TS

Berarti sifat pemberani sama sekali tidak sesuai dengan gambaran diri anda.

No	Pernyataan	SS	S	TP	KS	TS
1.	Saya memiliki tubuh yang sehat.					
2.	Saya adalah seorang yang “menarik”.					

3.	Saya anggap bahwa saya adalah orang yang jorok.					
4.	Saya seorang yang sopan.					
5.	Saya seorang yang jujur.					
6.	Saya seorang yang “buruk hati”.					
7.	Saya seorang yang periang.					
8.	Saya seorang yang mudah menyesuaikan diri.					
9.	Saya merasa sebagai seorang yang tidak berguna.					
10.	Saya memiliki keluarga yang siap membantu dalam setiap masalah yang saya hadapi.					
11.	Saya adalah anggota dari keluarga yang bahagia.					
12.	Teman-teman saya tidak mengakui kemampuan saya.					
13.	Saya adalah seorang yang ramah.					
14.	Saya cukup dikenal dikalangan kaum pria.					
15.	Saya tidak peduli dengan apa yang dilakukan oleh orang lain.					
16.	Saya tidak selalu mengatakan hal yang sebenarnya.					
17.	Kadang-kadang saya bisa juga menjadi pemaarah.					
18.	Saya selalu tampil menyenangkan dan rapi sepanjang waktu.					
19.	Saya sering sakit-sakitan.					

20.	Kondisi kesehatan saya buruk.					
21.	Saya adalah seorang yang religius.					
22.	Saya kurang memperhatikan nilai-nilai/norma yang ada.					
23.	Saya akui bahwa kendali norma pada diri saya lemah.					
24.	Saya selalu berusaha mengontrol dan mengendalikan diri.					
25.	Saya mudah menaruh dendam pada orang lain.					
26.	Pikiran saya mudah sekali menjadi kacau, sehingga tidak dapat berpikir dengan jernih.					
27.	Kedudukan saya cukup penting diantara teman-teman dan keluarga saya.					
28.	Saya merasa tidak dicintai oleh keluarga.					
29.	Saya merasa bahwa keluargaku tidak mempercayaku.					
30.	Saya cukup dikenal dikalangan kaum wanita.					
31.	Saya merasa tidak puas dan “marah” pada seluruh dunia.					
32.	Sulit bagi saya untuk bersikap ramah pada orang lain.					
33.	Kadang-kadang saya suka memikirkan sesuatu yang terlalu “buruk” untuk dapat diutarakan kepada orang lain.					
34.	Kadang-kadang jika saya sedang kesal, saya menjadi mudah marah.					

35.	Tubuh saya tidak terlalu gemuk dan tidak terlalu kurus.					
36.	Saya menyukai diri saya seperti apa adanya.					
37.	Ada keinginan dalam hati saya untuk mengubah/menyempurnakan bagian tertentu dari tubuh saya.					
38.	Saya merasa puas dengan perilaku moral saya.					
39.	Saya merasa puas dengan hubungan saya dengan tuhan.					
40.	Saya merasa bahwa saya kurang tekun beribadah.					
41.	Saya merasa puas dengan semua yang ada pada diri saya.					
42.	Sebagai pribadi, saya kira saya cukup menyenangkan.					
43.	Saya merasa benci terhadap diri saya sendiri.					
44.	Saya merasa senang dengan suasana relasi dalam keluarga saya.					
45.	Saya dapat memahami keluarga saya sebagaimana adanya.					
46.	Saya kurang manaruh kepercayaaan kepada keluarga saya.					
47.	Saya cukup luwes dalam bergaul.					
48.	Saya mencoba untuk menyenangkan orang lain, tapi tidak secara berlebihan.					
49.	Saya merasa tidak berguna bagi orang lain.					

50.	Saya tidak selalu menyukai setiap orang yang telah saya kenal.					
51.	Kadang-kadang saya tertawa juga pada lelucon yang “jorok”.					
52.	Tubuh saya tidak terlalu tinggi dan juga tidak terlalu pendek.					
53.	Saya merasa bahwa penampilan fisik saya kurang sempurna.					
54.	Saya ingin memiliki lebih banyak daya tarik seksual pada diri saya.					
55.	Saya merasa cukup religius, sebagaimana yang saya inginkan.					
56.	Saya merasa bahwa saya kurang dapat dipercaya.					
57.	Rasanya saya terlalu banyak berbohong/mencari-cari alasan.					
58.	Kepandaian yang saya miliki sesuai dengan yang saya harapkan.					
59.	Saya belum menjadi orang seperti yang sebenarnya saya inginkan.					
60.	Saya mudah sekali untuk menyerah dan putus asa.					
61.	Saya telah memperlakukan orang tua saya sebagaimana yang seharusnya saya lakukan sebagai anak.					
62.	Saya terlalu sensitif terhadap apa yang dikatakan keluarga kepada saya.					
63.	Saya merasa kurang mencurahkan kasih sayang dan cinta kepada keluarga saya.					
64.	Saya merasa puas dengan cara saya memperlakukan orang lain.					

65.	Saya merasa kurang bersikap sopan kepada orang lain.					
66.	Saya merasa kurang dapat bergaul dengan luwes terhadap orang lain.					
67.	Kadang-kadang saya juga suka menggosip dan membicarakan orang lain.					
68.	Sewaktu-waktu saya pernah merasa sangat kesal, ingin memaki-maki.					
69.	Saya memelihara dan merawat kondisi fisik saya.					
70.	Saya berusaha untuk tetap menjaga penampilan tubuh saya.					
71.	Saya sering merasa menjadi seorang yang paling hebat.					
72.	Saya memegang teguh agama saya dalam kehidupan sehari-hari.					
73.	Saya berusaha untuk berubah dan memperbaiki diri, jika menyadari bahwa apa yang telah saya lakukan adalah salah.					
74.	Sesekali, saya juga pernah melakukan hal yang jahat/buruk.					
75.	Saya selalu mampu mengurus dan mengatasi diri saya sendiri dalam situasi apapun.					
76.	Saya dapat menerima kesalahan saya tanpa merasa sakit hati atau marah.					
77.	Saya sering berbuat sesuatu tanpa berpikir terlebih dahulu.					
78.	Saya berusaha untuk bersikap jujur pada teman dan keluarga.					

79.	Saya benar-benar memperhatikan keluarga saya.					
80.	Saya tidak pernah bersikap mengalah kepada kedua orang tua saya.					
81.	Saya selalu mencoba untuk memahami pendapat dan pandangan orang lain.					
82.	Saya mampu menyesuaikan diri dengan orang lain.					
83.	Saya tidak mudah memaafkan kesalahan oranglain.					
84.	Dalam permainan, saya lebih suka menang dari pada kalah.					
85.	Saya merasa “nyaman” pada hampir setiap waktu.					
86.	Saya tidak mampu bermain dengan baik dalam olahraga apapun.					
87.	Saya orang yang sulit tidur.					
88.	Sepanjang waktu saya lebih banyak berbuat kebajikan.					
89.	Untuk dapat meraih sesuatu, sekali waktu saya lakukan dengan cara yang curang.					
90.	Saya sulit untuk dapat melakukan hal-hal yang benar/buruk.					
91.	Saya mampu mengatasi masalah-masalah saya dengan mudah.					
92.	Saya sering dan mudah berubah pikiran.					
93.	Saya mencoba “melarikan diri” dari permasalahan saya.					
94.	Saya selalu melaksanakan tugas dan tanggung jawab saya dirumah/keluarga.					

95.	Saya sering berselisih dengan keluarga.					
96.	Sikap dan tingkah laku saya tidak seperti yang diharapkan keluargaku.					
97.	Saya mampu melihat kebaikan dalam diri setiap orang yang saya temui.					
98.	Saya merasa risih jika berada bersama-sama dengan orang lain.					
99.	Saya mengalami kesulitan untuk bercakap-cakap dengan orang yang belum dikenal.					
100.	Kadang-kadang saya suka menunda pekerjaan yang seharusnya saya kerjakan hari ini.					

Terima kasih atas kerjasama dan kesedian anda.